Zifatama
PUBLISHER

Galilah Potensi Kedokteranmu

Refleksi Pengobatan Rasulullah saw

Mochamad Lutfi Andriansa, S.Pd.I
Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUNAN AMPEL

SURABAYA – INDONESIA

Galilah Potensi KEDOKTERANMU

Refleksi Pengobatan Rasulullah saw

"Dan Kami turunkan Al-Quran menjadi obat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zhalim selain kerugian (QS. Al-Israa': 82)."

Mochamad Lutfi Andriansa, S.Pd.I

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

Zifatama PUBLISHER

GALILAH POTENSI KEDOKTERANMU

Refleksi Pengobatan Rasulullah saw

Penulis :

Mochamad Lutfi Andriansa, S.Pd.I
Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
© 2013

Diterbitkan Oleh:

Zifatama PUBLISHING

Jl. Taman Pondok Jati J 3, Taman Sidoarjo
Telp/fax : 031-7871090
Email : zifatama@gmail.com

Cetakan Kedua, Sya'ban 1435/ Juni 2014
Ukuran buku : 14.8 cm x 21 cm, 248 hal
Desain Cover : Akbar Jati

ISBN : 978-602-17546-5-8

Hak Cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ke dalam bentuk apapun, secara elektronis maupun mekanis, termasuk fotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit. Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2000 tentang Hak Cipta, Bab XII Ketentuan Pidana, Pasal 72, Ayat (1), (2), dan (6)

Karya ini saya persembahkan kepada Allah swt atas segala rahmat, berkah dan hidayah-Nya, Nabi Muhammad saw beserta keluarga, sahabat dan pengikutnya. Ayahanda tercinta Muzammil yang telah berpulang ke pangkuan Sang Pencipta Allah Jalla wa 'Ala, yang lebih mencintai dan menyayangi-Nya dalam kedamaian surgawi.

Selamat jalan pemimpinku, terima kasih, engkau telah sempat singgah menghiasi hari-hari baktiku yang indah penuh kenangan di saat engkau menunggu panggilan Ilaahi Rabbi,

harta bukanlah segalanya, saya ucapkan beribu terima kasih padamu karena engkau telah mewariskan ilmu yang sangat berharga bagi kehidupanku kelak yang dapat menyelamatkan engkau dari siksaan-Nya, dan menjadi inspirasi dalam kehidupan serta kebahagiaan kami sekeluarga selama ini.

Selamat jalan pembimbingku, engkau telah meninggalkan kenangan yang sangat berharga nan indah bagi saya, ibu dan sekeluarga. Engkau akan terus menjadi sumber inspirasi bagi kami dan akan selalu memberikan arti bagi nafas kami selamanya.

Selamat jalan ayahanda tercinta, Muzammil, semoga nauangan rahmat dan 'inayah-Nya menyertaimu, sampai jumpa di surgawi Ilaahi Rabbi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

TESTIMONI

Pengobatan sudah ada sejak dahulu kala yang merupakan ijtihad manusiawi. Dan sebaik-baik ijtihad pengobatan ialah datangnya dari Allah swt melalui perantara risalah kenabian (Al-Quran dan Al-Hadits). Datangnya sakit seseorang tidak bisa ditunda-tunda dan disangka-sangka. Sebenarnya orang yang sakit itupun sudah memiliki obat sendiri/sistem imun yang ada di dalam tubuhnya, dari sinilah ia akan berusaha untuk berijtihad mengobati penyakitnya. Begitu juga dengan kesembuhannyapun datang atas kehendak-Nya pada waktu maupun perantara yang telah Ia tentukan, apalagi tentang hidup-mati seseorang, hanya Dialah yang Maha Mengetahui dan Maha Berkehendak. Sedangkan kita sebagai hamba-Nya dituntut untuk berprasangka baik saja kepada Allah 'Azza wa Jalla dan semua itu pastilah ada hikmahnya.

Buku ini patut untuk dipelajari, dipraktekkan dan diamalkan karena di dalamnya terdapat penemuan-penemuan yang sempat sulit tercerna oleh akal pikiran yang pada intinya datang dari anugerah Allah swt.

Ponorogo, 11 Jumada al-Ula 1434
23 Maret 2013

KH. Hasan Abdullah Sahal
Pengasuh Pondok Modern Darussalam Gontor

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillaahirrahmaanirrahiim

Saya haturkan segala puji dan syukur ke hadirat Allah swt dengan segenap keikhlasan hati yang paling mendalam. Karena hanya Allah Yang Maha Terpuji, yang patut mendapat pujian setinggi yang makhluk bisa ucapkan. Selanjutnya saya sampaikan shalawat dan salam ke hadirat junjungan Nabi Muhammad saw, pembimbing dan pelita bagi gelapnya hati manusia, penutup para Nabi dan Rasul, yang menunjukkan manusia ke jalan yang diridhai Allah swt. Tak lupa shalawat dan salam juga saya sampaikan kepada keluarga Rasulullah saw, para sahabatnya dan sekalian umat beliau sampai akhir kehidupan.

Dari Anas, Rasulullah saw bersabda: "Barangsiapa yang tidak berterima kasih kepada manusia, sesungguhnya dia belum bersyukur kepada Allah" (HR. Ahmad). Dari pemaparan hadits ini, saya ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada orang-orang yang telah berjasa besar dalam hidup saya, terutama kepada kedua orang tua, Ibu dan Bapak saya *Muzammil* (Almarhum) yang telah berpulang ke rahmatullah di IGD RSUD Sidoarjo pukul 19.48 WIB pada hari Rabu, 13 Shafar 1434 yang bertepatan pada tanggal 26 Desember 2012. Tanpa doa restu mereka, saya belum tentu bisa menjadi seperti ini. Kemudian kepada kakak, adik saya dan segenap keluarga besar bani Ahmad dan Kasmad.

Terima kasih juga saya sampaikan kepada KH. Hasan Abdullah Sahal, Dr. KH. Abdullah Syukri Zarkasyi, MA dan KH. Syamsul Hadi Abdan, S.Ag sebagai sang pencerah, kyai dan guruku. Juga kepada Ust. Sadu Suud, Ust. Faishal Ishaq dan Ust. Arif Rahman Hakim sebagai inspirator sumbangsih ilmunya dalam penulisan buku ini, kepada Dr. Hj. Siti Nur Asiyah, dr. M.Ag yang bersedia menjadi penulis kedua dan donatur penerbitan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

buku ini, kepada akhi Akbar Jati, dan ukhti Miftakhul Jannah yang telah ikut membantu menyunting buku ini. Kepada Bapak Nurdian Safri, sebagai Direktur Penerbit Zifatama yang telah membantu menerbitkan dan mendistribusikan buku ini, saya ucapkan terima kasih. Dan kepada semua pihak yang tidak mungkin saya sebutkan satu per satu, tapi mempunyai andil dalam penerbitan buku ini, saya pun mengucapkan terima kasih. Semoga Allah membalas kebaikan Anda semua. Kepada Allah, kita semua akan dikembalikan.

Salam Penulis

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pengantar Penulis

Pentingnya Curahan Hati (Curhat) Manifestasi Manajemen Qalbu

Ketika saya diamanati oleh Bapak Pengasuh Pondok Modern Darussalam Gontor Dr. KH. Abdullah Syukri Zarkasyi, MA dan KH. Hasan Abdullah Sahal untuk menjadi Staf Pengasuhan Santri Bagian Data. Seolah mustahil saya bisa mengemban dan menjalankan amanat yang begitu berat, penuh rintangan dan cobaan dari santri, guru, wali santri, maupun penduduk sekitar bahkan keluarga pondok. "Siap Memimpin dan Siap Dipimpin", "Sebesar Keinsyafanmu Sebesar itu pula Keberuntunganmu", "Bondo, Bahu, Pikir, Lek Perlu Sak Nyawane Pisan", falsafah-falsafah hidup inilah yang menggugah hati saya untuk terus belajar demi meningkatkan diri dan harus berani tanggung resiko dalam segala hal. Terlebih lagi karena ingin berbakti kepada kedua orang tua meskipun secara langsung tidak pernah bertatap muka dengan mereka akan tetapi menyuguhkan yang terbaik untuk lembaga ini merupakan amal jariyah bagiku dan keberkahan juga akan mengalir kepada mereka.

Jaminan mutu pendidikan Pondok berada di lembaga ini, maka orang-orang yang ada di dalamnya harus memiliki etos kerja yang militan, tahan banting dan siap menanggung resiko demi maslahat pondok. Lembaga ini bagaikan "Manajemen Konflik", karena tak lepas dari padatnya kegiatan mulai dari bangun tidur sampai kembali tidur lagi, bahkan pondok selamanya tidak akan tidur. Kegiatan terus bergulir seiring dengan berbagai macam masalah, rintangan pun menyertainya, satu demi satu dilalui, yang satu masalah belum selesai timbul masalah lain. Demikianlah fenomena yang terjadi di dalam lembaga ini, belum lagi kalau wali santri yang tidak terima dengan kebijakan pondok, lembaga inilah yang paling utama mereka kunjungi demi memuaskan hawa nafsunya untuk menjatuhkan martabat nama baik pondok bahkan sampai ke ranah hukum. "Sekalipun profesor doktor pakar pendidikan tidak akan sanggup dan mampu mengurusi lembaga pengasuhan santri kalau tidak ada rasa keterpanggilan sepenuh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hati dan kerja all out *li i'laai kalimatillahi wa li maslahatil ma'had*", ujar pak kyai Syukri.

Etos kerja yang militan, rasa keterpanggilan sepenuh hati dan kerja all out saja tidak cukup dalam mengemban amanat ini, tanpa dibarengi dengan wirid, doa, selalu mendekatkan diri kepada Allah swt. Tatkala menghadapi sebuah permasalahan pasti dibalik itu semua ada hikmahnya. Apapun bentuknya, itu semua karena kehendak Allah swt yang patut disyukuri dan diambil hikmahnya bukan sebaliknya mencela ke sana ke mari. Segala macam bentuk konflik yang ada, saya curhatkan kepada Sang Sutradara Hidup *Ilaahi Rabbi.* Berdoa, bekerja, berusaha dan bersabar keras merupakan kunci yang selalu dipegang oleh staf pengasuhan santri demi *"Al-Muhafadzotu 'ala Al-Qodiimi As-Shoolih wa Al-Akhdzu bi Al-Jadidi Al-Ashlah".* Selain dicurhatkan kepada Allah swt, kami musyawarahkan bersama staf lainnya segala hal problematika yang ada di pondok dan menentukan sebuah kebijakan demi mencapai mufakat bersama yang kemudian dikonsultasikan kepada Bapak Pengasuh Pondok sebagai pengambil keputusan terakhir. Dari sinilah saya memahami makna bahwa manusia adalah makhluk sosial, yang tak bisa hidup sendirian melainkan butuh pertolongan orang lain (saling memahami dan saling pengertian) dalam bingkai ukhuwah islamiyah. Namanya saja Lembaga Bimbingan dan Konseling, tak lepas dari konsultasi (tempat keluh kesah) dari santri, guru, wali santri, keluarga pondok, dan masyarakat sekitar.

Dari beberapa pengalaman menangani permasalahan santri yang berkenaan dengan penyakit (sesak nafas dan demam menjelang maghrib, bangun subuh menangis tanpa sebab dan sulit dibangunkan, diagnosis dokter dan hasil cek laboratorium negatif tapi sakitnya masih terasa, sering murung, wabah sakit mata dan cacar musiman, was-was ketika wudhu dan sholat, sulit menghafal dan konsentrasi belajar, dll) inilah yang menginspirasi saya untuk mencari solusi yang tepat sesuai dengan Al-Quran dan Al-Hadits. Akhirnya Allah swt mempertemukan saya dengan para alumni Gontor yang ahli dalam bidang pengobatan Nabi Muhammad saw (Ust. Sadu Su'ud, Ust. Faishal Ishaq dan Ust. Arif Rahman Hakim) untuk menangani beberapa keluhan santri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tersebut. Dari merekalah saya termotivasi untuk lebih mendalami ilmu *hijamah* (bekam), *Ruqyah Syar'iyah* dan pengobatan herbal. *Alhamdulillah* dengan seizin Allah swt dari beberapa keluhan tadi ada yang sembuh dan ada juga yang tidak sembuh sehingga mereka pindah studi keluar. Olehnya itu, saya mulai tergerak hati untuk selalu mendata pasca kesembuhan dari penyakitnya dan mengkonsultasikannya kepada pengasuh pondok untuk melakukan tindakan prefentif kepada mereka. Pendataan ini sudah berlangsung mulai tahun 2009 hingga 2012. Dengan bekal kunci yang telah diberikan pondok, maka disiplin ilmu pengobatan Nabi saw inilah yang saya buka untuk lebih memahami mukjizat thibbiyah Rasulullah saw demi menggapai *Ridhollahi 'Azza wa Jalla*.

Islam mengajarkan bahwa sakit merupakan tanda-tanda kekuasaan Allah swt dan cobaan bagi orang yang beriman. Rasulullah saw bersabda: *sesungguhnya jika Allah mencintai suatu kaum, maka Dia akan memberikan cobaan kepada mereka.* (HR. Ahmad). Cobaan merupakan salah satu tanda keinginan Allah akan kebaikan bagi hamba-Nya. Rasulullah saw bersabda: *Jika Allah menginginkan kebaikan bagi hamba-Nya, maka Allah akan mempercepat hukuman baginya sewaktu di dunia. Dan jika Allah menginginkan keburukan bagi hamba-Nya, maka Allah akan menangguhkan hukuman atas dosa-dosanya, hingga ia akan mendapatkan balasannya pada hari kiamat nanti.* (HR. At-Tirmidzi). Cobaan adalah tebusan dosa, meskipun bentuknya kecil. Rasulullah saw bersabda: *Tidaklah seorang muslim tertimpa kesakitan karena tusukan duri, atau yang lebih sakit darinya, kecuali Allah akan menghapus dosa-dosa dengannya, sebagaimana pohon menggugurkan daun-daunnya.* (HR. Muttafaq 'Alaih). Karena itu, seorang muslim yang tertimpa cobaan, jika ia seorang yang shalih, maka cobaan itu akan menghapus kesalahan-kesalahan yang telah lalu, atau mengangkat derajatnya. Dan jika ia seorang pelaku maksiat, maka cobaan itu akan menghapuskan dosa-dosanya, dan sebagai peringatan akan bahaya dosa-dosa itu.

Sepulang dari pengabdian pada Ramadhan 1433/ September 2012, sempat belajar pijat akupresur di kota Lawang-Malang dan diberi amanat oleh Ust Irwan Candra (menantu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dari Ust Zabidi Alumnus Gontor Tahun 60-an) menjadi Staf Pengasuh Pondok Pesantren Wirausaha Agrobisnis (perwira) Darul Muttaqin di Batu Malang kurang lebih selama tiga bulan. Di sela-sela pengabdianku di masyarakat sana, rupanya Allah swt memberi pelajaran langsung pada saya, dengan sebuah kejadian yang sangat menakjubkan sekaligus menggetarkan hati. Sebuah peristiwa yang tampaknya kecil saja, tapi sangat memukul hati saya.

Seminggu sebelum Hari Raya Idul Adha, Ayahanda *Muzammil* di tabrak lari oleh sepeda motor sebelum masuk pasar. Alhamdulillah kondisinya baik-baik saja & hanya terjadi luka ringan, namun gigi serinya cedera dan terjadi pendarahan dalam. Akhirnya saya pulang ke rumah untuk jenguk ayah sekaligus menerapi bekam dan pengobatan herbal. Dan keesokan harinya sudah bisa beraktivitas seperti semula sebagai pengrajin tas.

Pasca Hari Raya Idul Adha, ternyata darah kotor yang telah membeku dalam gusi selama ini tersumbat dan akhirnya keluar mengalir dengan deras serta sulit dihentikan sejak dini hari jam 1 hingga jam 5 pagi. Karena khawatir, hampir 4 jam tidak kunjung berhenti, akhirnya keluarga memutuskan untuk diperiksakan ke rumah sakit daerah & dirawat inap di sana. Hasil dari laboratorium dan rontgen dari rumah sakit menyatakan bahwa semua organ dalam tubuh normal. Akan tetapi pendarahan sampai siang hari itu masih belum juga berhenti. Kemudian, Saya terapi sendiri di dalam ruang rawat inap itu dengan bacaan ayat-ayat Al-Quran Al-Karim dan doa-doa ma'tsur dikombinasikan dengan pijat akupresur dan obat herbal, terlebih lagi mendirikan sholat hajat dan sholat taubat. Alhamdulillah, dengan seizin Allah swt, pendarahan itupun berhenti total pada pukul 16.00. keesokan harinya baru bisa keluar dari rumah sakit itu dan disarankan untuk rawat jalan (kontrol lagi setelah seminggu) dengan mengkonsumsi beberapa obat farmasi.

Walhasil, pasca menghabiskan obat-obatan farmasi tersebut, bukannya sembuh dari penyakitnya, malahan terjadi komplikasi yang hebat; jantung semakin berdebar kencang diiringi dengan sesak nafas, dan gangguan lambung. Saya berusaha menasehati ayah agar tidak kembali lagi ke rumah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sakit, khawatirnya akan diberikan obat dengan dosis yang lebih tinggi lagi dan pasti biaya akan lebih mahal. Kemudian beralih ke pengobatan akupresur, penyakit bapak ini dikarenakan efek obat-obat farmasi, ujar penerapi itu. Akhirnya, diperiksakanlah jantung dan paru-parunya ke laboratorium. Ternyata jantung ayah sudah membengkak dan ada gejala sinus di parunya. Selain itu, ia merupakan orang pendiam *talkless but do more* dan selalu memendam permasalahan apapun yang tak pernah dicurhatkan kepada orang lain bahkan ibupun tak tahu-menahu apa yang sekiranya menjadi beban dalam benak hati ayah tersebut. Mungkin faktor inilah yang juga memperparah jantungnya. Lantaran demikian, saya tidak berani untuk mengabarkan hal tersebut kepada ayah. Khawatir, jikalau dikabarkan penyakitnya demikian akan menambah parah sakitnya. Akhirnya aku mencoba mensugestinya dengan mengatakan bahwa penyakit ayah ini tidak apa-apa. Mendengar berita tersebut, ayah merasa gembira dan semangat untuk sembuh semakin berkobar-kobar. Beberapa hari setelah itu ia mampu berjalan menuju musholla dan masjid untuk menunaikan sholat berjamaah dan makannya pun seolah seperti orang yang tak pernah sakit. Seiring semangatnya demikian, kemudian saya terapi hampir tiap minggu/sepuluh hari dengan pembekaman, dan tiap harinya dengan terapi bacaan ayat-ayat Al-Quran dan doa-doa Nabi saw yang dikombinasikan dengan pengobatan herbal dan akupresur.

Hampir tiap saat menerapi ayah, saya sempatkan bertanya tentang perihal yang selama ini terpendam, kira-kira apa yang dipikirkan oleh ayah selama ini? Ternyata dia hanya terdiam dan bahkan terkadang menjawabnya dengan nada kasar, juga sulit diajak bercanda dengan tujuan agar meringankan beban pikirannya dan penyakitnya.

Suatu ketika saya ceritakan tentang kisah Nabi Ayyub as yang diberikan cobaan oleh Allah swt berupa penyakit yang lama tak kunjung sembuh yang tetap berusaha dengan sabar, ikhlas dan berdoa keras agar Allah swt menyembuhkannya serta mensyukuri segala nikmat-Nya. Subhanallah, keesokan harinya timbullah inisiatif dan motivasi ayah sendiri untuk bisa mendirikan sholat malam; tahajjud, hajat, sholat subuh berjama'ah kemudian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tadarrus al-quran & sholat dhuha. Setelah itu ia meminta terapi lagi ke tempat lain. Ternyata di sinilah ayah terakhir bisa bersenda gurau seperti biasanya. Di saat duduk berdampingan, spontan saya ucapkan terima kasih atas segala jerih payahnya yang telah mendidikku hingga seperti ini dan permintaan maaf atas segala kekhilafanku selama ini. Dengan seketika Allah-pun membukakan pintu hatinya, kemudian ia mengungkapkan semua keluh kesah hatinya yang selama ini terpendam, terrahasiakan, bahkan ibupun tidak mengetahuinya sama sekali, justru demikianlah yang semakin memperparah penyakitnya.

Ketika ayah mendirikan sholat maghrib dan dapat satu rokaat, ia bangun dan keluar dari musholla yang ada di rumah dan pindah ke atas tempat tidur berniat untuk meneruskannya. Ia mengeluh bahwa pernafasannya sudah sampai di perut, namun sulit meneruskan sholat & mampunya hanya beristighfar. Semua keluarga panik akan kondisi ayah seperti ini. Di saat mereka semua panik, alhamdulillah saya masih bisa mengendalikan emosi (tetap tabah) dan memanjatkan doa kepada Ilaahi Robbi untuk mendoakan kesembuhan ayah dan memohon ampunan atas segala dosanya. Setelah itu, ayah dibawa ke rumah sakit daerah terdekat dan langsung menuju ke ruang IGD. Kemudian, Tim Dokter dan perawatnya bergegas untuk memberikan pertolongan pertama. Dengan segala daya upaya tim dokter dan perawatnya, ternyata Allah swt lebih menyayanginya dan berkehendak lain untuk segera menjemput pulang ke hadirat-Nya, *inna lillahi wa inna ilaihi raji'un.*

Betapa shock! Seorang anak yang ingin berbakti kepada orang tuanya dengan mengerahkan segala kemampuan ilmunya untuk berusaha mengobati dengan mukjizat thibbiyah Rasulullah saw, Sungguh sebuah ironi yang menyedihkan. Tapi kejadian itu semakin menguatkan keyakinan saya bahwa yang berkuasa menurunkan penyakit, menyembuhkan, menghidupkan dan mematikan itu hanyalah Allah swt. Saya juga yakin, pasti ada rahasia–di samping hikmah–yang besar di balik peristiwa meningggalnya ayahanda. Setidaknya, kesempatan berbakti kepada ayahanda itu adalah investasi surga buat saya dan keluarga serta menuntunnya ke jalan yang di ridhoi Allah swt.

Semua pengalaman itu semakin menyadarkan saya, bahwa taqdir Allah swt inilah yang terbaik bagi hamba-Nya,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kita dilarang keras untuk berburuk sangka kepada-Nya dengan berbagai macam alasan sebab akibat. Justru keikhlasan, kesabaran saya sekeluarga betul-betul teruji jikalau kuat dan tabah menghadapinya dan saya yakin Allah swt pasti akan menurunkan rahmat, hidayah dan 'inayah-Nya serta membimbing kami sekeluarga menuju jalan yang diridhai-Nya.

Dengan keterbatasan pemahaman akan agama, saya hanyalah hamba Allah swt yang memberanikan diri menyusun buku ini untuk selalu meningkatkan ketaqwaan demi menggapai ridho-Nya. Dari peristiwa tadi, menjadikan sumber inspirasi saya untuk menggali lebih dalam lagi isi kandungan ayat-ayat Al-Quran dan Sunnah Rasul-Nya tentang mukjizat thibbiyah yang sudah berabad-abad lamanya di kenal oleh umat Nabi Muhammad saw sebelum ilmu kedokteran modern menemukannya, akan tetapi justru umat muslim lengah dan mengabaikannya malahan menyerahkan disiplin ilmu kedokteran ini kepada Yahudi dan Nasrani. Rasulullah saw teladan paling baik dalam mewariskan ilmu kedokteran, bukan yang lainnya. Di sini juga akan dibahas segelintir bentuk macam usaha oknum yang ingin menjauhkan umat muslim dari pedoman hidupnya (Al-Quran dan As-Sunnah) beserta solusinya dengan pemahaman At-Thib An-Nabawiy.

Terakhir, buku ini akan saya persembahkan kepada ayahanda tercinta *Muzammil,* yang telah selesai menikmati dunia & pulang ke rahmatullah begitu cepat dari pada kami sekeluarga. Ia seorang pemimpin keluarga yang sangat taat beribadah, *talkless do more,* pekerja keras dan sangat tidak suka bergadang dengan para sahabatnya hanya untuk pertemuan yang tidak bermanfaat. Semoga hasil karya ini menjadi amal jariyah bagi ayahanda, saya dan sekeluarga. Semoga Allah swt menerima amal kebajikan kita semua. *Aamiin.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Prolog

Kini, segala macam konsumsi makanan, minuman bahkan obat-obatan dibuat serba instan dengan olahan teknologi modern super canggih, hendaknya umat muslim semakin mewaspadai akan dampak positif dan negatifnya. Terlebih yang perlu diwaspadai adalah pada kesehatan jasmani dan rohani. Rasa syukur atas segala nikmat dari Allah swt terkadang terlupakan tatkala seseorang diberikan kesehatan jasmani dan rohani. Gaya hidup yang mewah, asal mengkonsumsi makanan, minuman dan obat–obatan terkadang menimbulkan beberapa efek samping pada kesehatan jasmani dan rohani seseorang terkait dengan apa yang telah diperbuat.

Dewasa ini, telah muncul beberapa penyakit jasmani dan rohani yang datangnya dari berbagai jenis dan masalah. Dengan demikian, kalau penyakit tersebut telah menyerang pada seseorang, pasti ia akan berusaha sekuat tenaga untuk berobat meskipun tidak sedikit berupa harta dan waktunya telah dikorbankan demi kesehatannya. Misalkan, dengan cara *general check up* (biaya mahal, tidak mengobati, penurunan psikis) supaya terdeteksi jenis penyakitnya, kalaulah sudah terbukti positif terjangkit suatu penyakit pada tubuhnya maka bertambahlah kekhawatiran (hidup penuh ketakutan) terhadap penyakitnya hingga nyawapun taruhannya. Tapi ada juga setelah mengetahui kondisi kesehatannya demikian dia akan lebih berhati-hati dalam mengkonsumsi makanan dan minuman serta meminum obat-obatan kimia antibiotik sebagai penawarnya. Terapi minum obat berangsur-angsur, bukannya semakin sehat dan menyembuhkan melainkan penyakitnya komplikasi pada organ tubuh yang lain (sesak nafas, pusing, jantung berdebar kencang, hipertensi, kolesterol, asam urat dan asam lambung naik, emosi tak terkendali, stamina tubuh menurun, malas bekerja, dll)(Mochamad Lutfi Andriansa, 2012).

Karena biaya pengobatan kini semakin mahal, ada semacam anekdot bahwa orang miskin dilarang sakit, mengapa? Orang yang hartanya melimpah saja bisa terkuras habis, apalagi yang tidak punya apa-apa. Hanya orang yang hartanya melimpah saja boleh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sakit karena rumah sakit mau menampung dan mengobatinya dengan segala daya upaya yang akan dikerahkan oleh pihak rumah sakit tanpa peduli dampak yang akan terjadi setelahnya atau tentang berapa banyak uang yang akan mereka dapat dari si pasien. Beberapa oknum secara ekstrem melakukan kerusakan dan penghancuran terhadap kondisi kesehatan kita. Mereka juga bekerja sama dengan perusahaan-perusahaan Farmasi Besar dan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (Jerry D. Gray, 2010). Bersamaan dengan itu rumah sakit, klinik serta balai pengobatan bertambah dalam menanganinya. Namun penyakit-penyakit baru itu semakin menyebar dan bertambah jenisnya, *La haula walaa quwwata illa billaahi* (Abdullah Bin Abdul Azis al-'Aidan, 2008).

Fenomena di atas tersebut terjadi dikarenakan kebanyakan manusia lalai akan membentengi dirinya dari beberapa makanan, minuman, juga obat-obatan yang mereka konsumsi tiap harinya begitu juga bagaimana cara memperolehnya dengan tanpa memfikirkan dampak yang akan terjadi pada kesehatannya. Kalau sudah terserang penyakit atau terdiaknosis suatu penyakit yang berbahaya, maka ia akan mencari dokter yang paling hebat walaupun ke luar negeri akan ditempuhnya demi kesembuhan dari penyakitnya. Sehingga harta ludes, memakan jangka waktu yang lama, bahkan diprediksi akan meninggal dunia pada bulan sekian, minggu sekian atau hari sekian, *na'uudzubillaahi min dzaalik.*

Setelah sekian tahun penyakit tersebut belum juga sembuh bahkan nyawapun sudah di ujung tanduk, maka datanglah ia kepada *Thabib* ahli pengobatan alternatif ala Nabi saw yang notabenenya seorang mukmin yang '*alim* dan *sholih* dengan nada suatu paksaan agar dapat menyembuhkannya (menuhankan *thabib, na'uudzubillaahi min dzaalik*). Secara tak sadar, si pasien tersebut telah menyepelekan pengobatan Nabi saw sebagai alternatif pengobatan terakhir, dengan kata lain ialah pendangkalan aqidah, menjauhkan umat muslim dari pedoman hidupnya Al-Quran Al-Karim dan As-Sunnah An-Nabawiyah. Ada juga yang berobat kepada dukun berkedok kyai, ustadz, para normal dan orang pintar, karena dianggap bisa mengatasi masalah tanpa masalah. Pemahaman seperti inilah yang perlu diluruskan agar terhindar dari adzab Allah swt.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Oleh karena itu, tergeraklah hati penulis untuk menuangkan tinta-tinta risalah kenabian Muhammad saw yang singkat ini sebagai asumsi dasar untuk mengantarkan pemahaman yang benar tentang *"Galilah Potensi Kedokteranmu, Refleksi Pengobatan Rasulullah saw"*, selebihnya dapat dibaca pada beberapa buku referensi pada karya ini.

Harapan besar kami kepada para pembaca yang budiman agar dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan berani untuk memprak tekkannya pada kehidupan sehari-hari karena ilmu tanpa diamalkan bagaikan pohon tanpa ada buahnya (*al-'ilmu bila 'amalin ka asy-syajari bila tsamarin*). Kami memohon kepada Allah swt, semoga menganugerahi kepada kami dan Anda rahmat, '*inayah* dan hidayah-Nya serta ilmu yang bermanfaat dan amal shalih. *Aamiin Ya Robbal 'Aalamiin.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

Sebuah Kenangan III

Testimoni IV

Ucapan Terima Kasih V

Daftar Isi VII

Pengantar Penulis 1

Prolog 8

BAB I :

Jangan Sampai Melupakan Sejarah (Jas Merah) 11

A. Sejarah Perdukunan Dari Masa Ke Masa 17

1. Dukun Pada Masa Nabi Musa as 18
2. Dukun Pada Masa Nabi Yusuf as 19
3. Dukun Pada Masa Nabi Muhammad saw 20
4. Dukun Pada Masa Sekarang 20

B. Mewaspadai Godaan Setan/Jin Penyebab Sakit Rohani & Jasmani 22

1. Pintu-pintu Godaan Setan/Jin 28
2. Tipuan Setan/Jin Terhadap Orang Mukmin 30

C. Konspirasi Yang Menghebohkan Dunia 34

1. Senjata Pemusnah Massal 35
2. Rokok, Siasat Pembunuhan Secara Perlahan 37
3. Bahaya Aspartame (Pemanis Buatan) 44
   a. Gejala Keracunan Aspartame 47
   b. Langkah Pencegahan dan Pengobatannya 48

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II :

Paradigma Penyebab Datangnya Penyakit 49

A. Hakikat Penciptaan Nyamuk 52

B. Hakikat Penciptaan Lalat 61

C. Hakikat Penciptaan Babi 67

D. Hikmah Sakit 77

1. Orang Yang Sakit Dekat Dengan Allah swt 77
2. Doa Orang Yang Sakit *Mustajabah* 78
3. Menghapuskan Dosa-dosa 78
4. Menyambung Silaturrahim 79
5. Menjadi Pelajaran Berharga 79
6. Kesempatan Istirahat Bagi Tubuh 79

BAB III :

Pola Hidup Sehat Dalam Sunnah Rasulullah saw 81

A. Sehat Pagi Sampai Malam 83

1. Bangun Subuh 83
2. Selalu Berbaik Sangka Kepada Allah dan Manusia 83
3. Selalu Mengawali dan Mengakhiri Aktivitas Dengan Doa 84
4. Selalu Optimis dan Tidak Putus Asa 85
5. Selalu Bersabar dan Bersyukur 85
6. Selalu Mengendalikan Emosi 86
7. Tidak Pernah Iri Hati 87
8. Hanya Bicara Yang Baik-baik Saja 87
9. Aktif Menjaga Kebersihan 87
10. Selalu Dalam Keadaan Berwudhu 88

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

11. Selalu Tadarus Al-Quran 89
12. Senang Berbagi (Berinfaq dan Bershadaqah) 90
13. Banyak Menangis 91
14. Banyak Mengingat Mati 92
15. Minum Air Putih dan Madu 92
16. Mengkonsumsi Minyak Zaitun 93
17. Gemar Berjalan Kaki 93
18. Makan Sayuran di Malam Hari 93

B. Pola Tidur 94
1. Anjuran Rasulullah saw Sebelum Pergi Tidur 94
2. Tidur Siang 95
3. Cepat Tidur dan Cepat Bangun 95
4. Tidur di Sisi Kanan dan Manfaatnya 95

C. Pola Makan 98
1. Keseimbangan Makan 98
2. Menjaga Kesehatan Makanan dan Minuman 99
3. Menutup Tempat Makanan 99
4. Makan Buah-buahan 100
5. Istiqamah Berpuasa Sunnah 101

D. Pola Hidup Bersih 101
1. Menjaga Kebersihan Gigi Dengan Bersiwak 101
2. Menjaga Kebersihan Tubuh 102
3. Menjaga Kebersihan Air 102

E. Selektif Konsumsi Makanan Halalan Thoyyiban 102

F. Pendidikan Olahraga Dari Sejak Dini 107
1. Berenang 108
2. Memanah 111

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Berkuda 112
4. Sejarah Pada Zaman Nabi 115

G. Pengobatan dari penyakit 116
1. Tahnik Bayi Solusi Dari Vaksinasi/Imunisasi 117
2. Jurus Lindungi Anak dan Ibu Hamil dari Vaksin 123
3. Berobat dengan Madu 124
4. Berobat dengan Jintan Hitam/Habbatussauda 124
5. Berobat dengan Bekam (Al-Hijamah) 126
   a. Definisi Terapi Bekam 128
   b. Sabda Nabi saw yang Merekomendasikan Terapi Bekam 129
   c. Perbuatan Nabi saw yang Mendukung Terapi Bekam 131
   d. Detoksifikasi Melalui Bekam 132
   e. Manfaat Berbekam 133
   f. Waktu Berbekam 134
   g. Kondisi Pasca Berbekam 136
   h. Dibolehkan Memberi Upah Juru Bekam 137
   i. Beberapa Pertanyaan Mengenai Bekam 138
   j. Beberapa Langkah Pelaksanaan Bekam 139
   k. Teguran 143
6. Berobat dengan Ruqyah Syar'iyyah 144
   a. Dasar-dasar Terapi Ruqyah Syar'iyah 145
   b. Definisi Terapi Ruqyah 147
   c. Terapi Ruqyah Untuk Penyakit Fisik 148
   d. Terapi Ruqyah Untuk Gangguan Jiwa/Psikis 151
   e. Terapi Ruqyah Untuk Gangguan 'Ain Hasad dan Sihir 155

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f. Tanda-tanda Terkena 'Ain atau Yang Lainnya..... 157
g. Pengobatan Terhadap Sihir..... 159
h. Terapi Ruqyah Untuk Gangguan Jin..... 171
i. Jenis-jenis Gangguan Jin..... 171
j. Kapan Seseorang Perlu Diruqyah?..... 172
k. Syarat Orang Yang Meruqyah..... 175
l. Syarat Orang Yang Diruqyah..... 176
m. Bacaan Ruqyah dengan Al-Quran Al-Karim..... 177
n. Pelaksanaan Ruqyah Dengan Media Lainnya..... 187
o. Pasca Pengobatan..... 192
p. Catatan Penting Seputar Ruqyah..... 188
7. Kisah Manfaat Pengobatan Nabi saw..... 192

BAB IV :

Ramuan Herbal Alami Sekitar Kita..... 203

Epilog..... 229

Daftar Pustaka..... 231

Biografi Penulis..... 234

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

الإدارة العالمية للجمعية
N U
نهضة علم
١٣٤٤
1926

BAB Satu I

Jangan Sampai Melupakan Sejarah (Jas Merah)

Merupakan sebuah ungkapan yang singkat namun mempunyai makna yang mendalam sebagai asumsi dasar untuk memahami paradigma historis sebuah ilmu pengetahuan, sejarah peradaban manusia, *Sirah Nabawiyah,* dan lain sebagainya, ujar KH. Imam Badri *Allahu yarhamuhu.* Beliau selalu menyinggung, menceritakan hal-hal tentang historis berdirinya Pondok Modern Darussalam Gontor beserta para pendirinya dihadapan seluruh santri, Asatidz serta keluaraga besar pondok pada beberapa even pertemuan. Hal demikian, tidak lain adalah bertujuan untuk meluruskan paradigma pemahaman sejarah yang benar, menanamkan makna jiwa falsafah kehidupan pesantren, agar mereka jangan mudah menyerah pada masa kini, harus mempunyai jiwa pejuang karena hidup adalah untuk mempertaruhkan aqidah dan berjihad ke jalan yang diridhai oleh Allah swt. Maka untuk memahami suatu disiplin ilmu pengetahuan yang baru (Galilah Potensi Kedokteranmu Refleksi Pengobatan Rasulullah saw) harus berlandaskan paradigma historinya yang benar berlandaskan Al-Quran Al-Karim dan As-Sunnah An-Nabawiyah.

Orang yang merenungkan sunnatullah akan mengetahui dan memahami bahwa cobaan dan rintangan kehidupan yang ada di dunia ini merupakan salah satu sunnah-Nya yang bersifat kauniyah qadariyah. Allah swt berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

"Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit katakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar."

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adalah keliru orang yang beranggapan, bahwa hamba Allah yang shalih paling jauh dari cobaan, akan tetapi **cobaan merupakan tanda keimanan.** Nabi saw pernah ditanya: "Siapakah dari golongan manusia yang paling berat cobaannya? Nabi saw menjawab: *Para Nabi, kemudian orang shalih, kemudian orang yang terbaik terus orang yang terbaik daripada manusia. Seseorang diberi cobaan sesuai dengan agamanya, jika agamanya kuat, maka cobaannya pun akan lebih berat, dan jika agamanya lemah, maka akan diri*ngankan *cobaannya"* (HR. Ibnu Majah).

Cobaan adalah salah satu tanda kecintaan Allah swt kepada hamba-Nya. Rasulullah saw bersabda:

وَ إِنَّ اللهَ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا اِبْتَلَاهُمْ

Sesungguhnya jika Allah mencintai suatu kaum, maka Dia akan memberikan cobaan kepada mereka.(HR. Ahmad).

Cobaan merupakan salah satu tanda keinginan Allah akan kebaikan bagi hamba-Nya. Rasulullah saw bersabda:

إِذَا أَرَادَ اللهُ بِعَبْدِهِ الخَيْرَ عَجَّلَ لَهُ العُقُوبَةَ فِي الدُّنْيَا وَ إِذَا أَرَادَ اللهُ بِعَبْدِهِ الشَّرَّ أَمْسَكَ عَنْهُ بِذَنْبِهِ حَتَّى يُوَافِيَ بِهِ يَوْمَ القِيَامَةِ

Jika Allah menginginkan kebaikan bagi hamba-Nya, maka Allah akan mempercepat hukuman baginya sewaktu di dunia. Dan jika Allah menginginkan keburukan bagi hamba-Nya, maka Allah akan menangguhkan hukuman atas dosa-dosanya, hingga ia akan mendapatkan balasannya pada hari kiamat nanti. (HR. At-Tirmidzi).

Cobaan adalah tebusan dosa, meskipun bentuknya kecil. Rasulullah saw bersabda: *Tidaklah seorang muslim tertimpa kesakitan karena tusukan duri, atau yang lebih sakit darinya, kecuali Allah akan menghapus dosa-dosa dengannya, sebagaimana pohon menggugurkan daun-daunnya.* (HR. Muttafaq 'Alaih). Karena itu, seorang muslim yang tertimpa cobaan, jika ia seorang yang shalih, maka cobaan itu akan menghapus kesalahan-kesalahan yang telah lalu, atau mengangkat derajatnya. Dan jika ia seorang pelaku maksiat, maka cobaan itu akan menghapuskan dosa-dosanya,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan sebagai peringatan akan bahaya dosa-dosa itu, sebagaimana tersebut dalam firman Allah swt surat ar-Ruum ayat 41:

ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ

Telah nampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan karena perbuatan tangan manusia, supaya Allah merasakan kepada mereka sebahagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar).

Cobaan itu ada beberapa macam; ada yang berbentuk kebaikan, seperti harta yang bertambah, dikaruniai anak yang shalih, diamanati menjadi pejabat daerah maupun negara, ada juga dalam bentuk keburukan, seperti rasa takut, lapar, harta berkurang, fitnah, dan lain sebagainya. Allah swt berfirman dalam surat al Anbiya' ayat 35:

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبْلُوكُمْ بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ

Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya). dan hanya kepada kamilah kamu dikembalikan.

Begitu juga cobaan dengan sakit dan kematian, yang penyebab terbesar dari keduanya adalah 'ain (pandangan mata) dan sihir yang timbul karena sikap dengki. Rasulullah saw bersabda: *kebanyakan orang yang meninggal dari umatku setelah qadha Allah dan qadar-Nya adalah disebabkan oleh 'ain* (HR. Ath-Thayalisi). Hal ini akan dibahas pada bab berikutnya.

Memang, sekarang ini segala sesuatu yang berbau "barat" yang didominasi oleh orang Yahudi dan Nasrani tampak Indah menyenangkan, me-*ninabobok*-kan umat muslim bahkan menyihirnya ke jalan mereka dengan bebagai macam cara (media massa, internet, televisi, produk-produk makanan, minuman, obat-obatan farmasi, kedokteranpun mereka kuasai) yang mereka lakukan demi menjauhkan umat muslim dari kitab-Nya, Al-Quran. Sehingga timbullah beberapa kerusakan (bencana alam, degradasi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

akhlaq, kenakalan remaja, free sex, penyakit merajalela karena virus ini dan itu) di atas muka bumi ini akibat jauh dari warisan Rasulullah saw (Al-Quran dan Al-Hadits). Mengingat Firman Allah swt dalam surat Ar-Ruum ayat 41 bahwa: "*Telah nampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan karena perbuatan tangan manusia, supaya Allah merasakan kepada mereka sebahagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar).* Dan firman-Nya dalam surat al-Baqarah ayat 47 bahwa:

وَأَنِّي فَضَّلْتُكُمْ عَلَى الْعَالَمِينَ

"Aku telah melebihkan kamu (Bani Israil/Yahudi) atas segala umat."

Kaum Yahudi mengetahui bahwa apabila kaum muslimin berpegang teguh pada ajaran-Nya, pastilah mereka akan jaya dan menguasai dunia, seperti yang telah dialami umat muslim pada abad 8 hingga 12 masehi, di mana umat islam masih sangat memegang teguh Al-Quran sebagai pedoman hidup mereka sehari-hari, bahkan banyak terlahir disiplin-disiplin ilmu pengetahuan baru yang mencengangkan dunia barat, khususnya daratan Eropa pada saat itu dengan ilmu kedokterannya. Diantara dokter-dokter muslim dengan konsep kedokteran islamnya antara lain: Ali Abbas Al-Majusi, Abu Bakar Ar-Razi, Al-Biruni, Az-Zahrawi, Ibnu Ishaq, Ibnu Ruman, Ibnu Maimun, Ibnu Qoyyim Al-Jauziyah, Sholahuddin Al-Ayyubi, dll. Dalam seminar sehari pelatihan *thibbu an-nabawiy* bersama Al-Ustadz Faisal Ishaq, ia menyatakan bahwa Ibnu Sina yang selama ini diakui oleh umat muslim sebagai Bapak Kedokteran umat islam adalah salah. Karena ia menggunakan metode pengobatan romawi, yahudi dan orang-orang barat bukan metode pengobatan islami menurut pengobatan Nabi Muhammad saw (Tim Silabus KMI, 2009). Juga ketika masa kehidupannya, ia sering melanggar kode etik seorang mukmin yang taat kepada sang Kholiq (sering meminum arak/khamr). Lantas, pantaskah ia dinobatkan sebagai Bapak Kedokteran umat islam?. Ini memang usaha orang-orang yahudi (merasa dirinyalah yang paling hebat diantara umat sedunia karena sudah ada *nash* Al-Quran) dan nasrani untuk menjauhkan umat muslim dari kitab-Nya (Al-Quran) dan Sunnah Rasul-Nya (Hadits). Allah berfirman pada surat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Al-Baqarah ayat 120 :

وَلَنْ تَرْضَىٰ عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ ۗ قُلْ إِنَّ هُدَى اللَّهِ هُوَ الْهُدَىٰ وَلَئِنِ اتَّبَعْتَ أَهْوَاءَهُمْ بَعْدَ الَّذِي جَاءَكَ مِنَ الْعِلْمِ مَا لَكَ مِنَ اللَّهِ مِنْ وَلِيٍّ وَلَا نَصِيرٍ

"Orang-orang Yahudi dan Nasrani tidak akan senang kepada kamu hingga kamu mengikuti agama mereka. Katakanlah: "Sesungguhnya petunjuk Allah Itulah petunjuk (yang benar)". dan Sesungguhnya jika kamu mengikuti kemauan mereka setelah pengetahuan datang kepadamu, Maka Allah tidak lagi menjadi pelindung dan penolong bagimu".

Menurut Imam Syafi'i Ilmu yang wajib kita pelajari ada dua yaitu Ilmu syari'at (*dirasah islamiyah; tauhid, ushul fiqh, tafsir, hadits, fiqh, dll*), dan Ilmu kedokteran. Dalam *kitab thibbu wa l-athibba'*, Dr. Mahmud Dayyab, hal. 102, disebutkan bahwa Imam Syafi'i berkata, "Kami tidak mengetahui suatu ilmu setelah ilmu tentang halal dan haram yang lebih penting daripada ilmu kedokteran," beliau menyayangkan keteledoran kaum muslimin terhadap ilmu kedokteran. Beliau mengatakan, *"Mereka mengabaikan sepertiga ilmu dan menyerahkannya kepada orang-orang Yahudi dan Nasrani"*. Padahal saat itu kaum Nasrani sendiri sulit untuk mengembangkan keilmuannya, karena terhambat oleh pendapat dan peraturan gereja yang menyebut pengetahuan modern bertentangan dengan Bibel. Seperti apa yang dilakukan oleh ilmuwan Galileo yang dituntut oleh kalangan gereja hanya karena ia mengikuti penemuan Coppernicus tentang peredaran bumi, yang kemudian ia dihukum dengan alasan menafsirkan bibel secara keliru. Oleh karena itu, kaum nasrani banyak yang meninggalkan agama mereka dan beralih untuk meningkatkan dan mengembangkan ilmu sains dan kedokteran.

Sementara saat ini, banyak kaum muslimin yang meninggalkan ajarannya, termasuk dalam bidang kedokteran. Kaum muslimin hanya berkutat pada ibadah harian, sholat, puasa, haji, sehingga sains dan kedokteran dikuasai sepenuhnya oleh orang-orang Nasrani dan Yahudi, agar umat Islam tertinggal dari segala bidang. Maka ada ungkapan yang mengatakan, "Kaum Muslim meninggalkan agamanya maka mereka menjadi kaum

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tertinggal, kaum Nasrani meninggalkan agamanya maka mereka menjadi kaum yang maju" (*taroka al-muslimun adyaanahum fa ta'akhkhoru, taroka an-nashoro adyaanahum fa taqoddamu).*

Harus diakui, bahwa kaum muslimin saat ini jarang sekali yang mau mendalami dan mengamalkan ilmu kedokteran warisan Nabi saw yang sangat lengkap. Di antara sebagian warisan kedokteran Nabi (*at-thibbu an-nabawiy*) yang dilupakan itu adalah bekam (*al-hijamah*). Bahkan banyak diantara umat islam yang sama sekali belum pernah mendengar istilah "bekam", dan ini sangat naif sekali. Karena bekam adalah sebuah kekayaan terpendam, mutiara tersembunyi dan Sunnah Nabi yang memiliki mukjizat medis yang dahsyat sebagai penyembuh dari segala penyakit dengan izin Allah swt.

Dunia kedokteran pun tercengang dengan model pengobatan bekam ini yang terbukti daya penyembuh segala penyakit, bahkan yang tergolong penyakit akut, seperti penyakit jantung, paru-paru, tumor otak, diabetes, ginjal, radang usus besar, lumpuh (stroke), kemandulan, wasir dan lain sebagainya (Syihab Al-Badri Yasin, 2007). Sehingga muncullah para ahli bekam dari daratan Eropa dengan berbagai macam istilah yang mereka pakai yang intinya ini adalah bekam (*al-hijamah*) warisan dari Rasulullah saw.

Ketika kaum muslimin mengetahui hal itu, seolah mereka terheran-heran dan mengagung-agungkan bahwa itulah metode pengobatan barat yang canggih. Padahal, ketahuilah itu adalah ilmu yang mereka tinggalkan dan diserahkan kepada orang-orang barat, seperti Imam Syafi'I yang menyayangkan keteledoran kaum muslimin terhadap ilmu kedokteran:

ضَيَعُوا ثُلُثَ العِلْمِ وَ كَلُوا هُ إِلَى اليَهُوْدِ وَ النَّصَارَى

"Mereka (kaum muslimin) mengabaikan sepertiga ilmu (kedokteran) dan menyerahkannya kepada orang-orang yahudi dan nasrani"

Mereka (Nasrani dan Yahudi) sudah memulai misinya untuk menghancurkan umat islam sejak Perang Dunia 1 (PD 1) yang bekerjasama dengan suku bangsa "Aria" (kelompok NAZI yang terdapat di Jerman). Bangsa "Aria" ini menobatkan dirinya sebagai bangsa yang terkuat, terpandai, terhebat dibandingkan dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bangsa lain. Menurut mereka bangsa lain hanyalah *useless and eaters,* maka harus dimusnahkan secara perlahan-lahan karena wujud mereka hanya akan menambah sial tanpa ada manfaat. Dengan perantara perang inilah mereka membuat virus yang ditebarkan dengan cara menyemprotkannya kepada beberapa orang yang hendak pergi ke luar negeri di bandara-bandara internasional. Kemudian mereka menyebarkan kabar tentang munculnya virus seperti; H1N1, H5N1 atau yang biasa dikenal dengan flu burung, flu babi. Lantas mereka jugalah yang membuat antibiotiknya untuk diberikan kepada yang terjangkit penyakit tersebut.

Dengan cara tersebut, mereka dapat menguasai dunia secara perlahan dengan memberikan racun yang terselubung dalam kehidupan mereka yang tanpa disadari akan membahayakan kesehatan. Perlu diwaspadai tentang anjuran imunisasi bagi balita agar terhindar dari penyakit polio, vitamin-vitamin yang beredar di pasaran, makanan cepat saji (sarimi, indomie, humberger, pizza, fried chicken, kratingdaeng, vitsien, pengawet, dll) (Arif Rahman Hakim dan Faishal Ishaq, 2010). Karena di dalamnya terkandung zat-zat kimia yang perlahan-lahan akan merusak kesehatan jasmani dan rohani (*waspadalah !!!*). Metode inilah yang paling efektif untuk menjauhkan umat muslim dari Al-Qurannya.

Sebagai mukmin yang taat dengan apa yang diperintahkan oleh Allah swt dan menjauhi segala apa yang dilarang-Nya, pantaskah berdiam diri?, atau menerima hal-hal tersebut di atas. Sekali lagi ingatlah dengan firman Allah swt pada surat Al-Baqarah ayat 120 (Faishal Ishaq, 2009).

A. Sejarah Perdukunan Dari Masa Ke Masa

Fenomena pendangkalan aqidah yang beredar di beberapa media massa dan televisi akhir-akhir ini nampaknya semakin menjamur di sekitar kita. Malahan berlomba-lomba dalam menayangkannya seperti; kesurupan masal, perdukunan, film-film horor dengan dalih meraup keuntungan finansial yang besar karena sudah zamannya tanpa memperdulikan dampaknya. Hendaknya para orang tua semakin mewaspadai dan selalu membimbing putra/putrinya dari jeratan virus tadi. Penulis ingin menghantarkan pemahaman tentang sejarah perdukunan dengan sekutu-sekutunya (setan) agar kehidupan kita terhindar dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

jeratan/gangguan mereka yang juga dapat mengganggu kesehatan jasmani maupun rohani. Allah swt berfirman:

أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يَزْعُمُونَ أَنَّهُمْ آمَنُوا بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنْزِلَ مِنْ قَبْلِكَ يُرِيدُونَ أَنْ يَتَحَاكَمُوا إِلَى الطَّاغُوتِ وَقَدْ أُمِرُوا أَنْ يَكْفُرُوا بِهِ وَيُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُضِلَّهُمْ ضَلَالًا بَعِيدًا

"Apakah kamu tidak memperhatikan orang-orang yang mengaku dirinya telah beriman kepada apa yang diturunkan kepadamu, dan kepada apa yang telah diturunkan sebelum kamu? Mereka hendak berhakim kepada thaghut. Padahal mereka telah diperintah mengingkari thaghut itu. Dan setan bermaksud menyesatkan mereka (dengan) penyesatan yang sejauh-jauhnya." (QS. an-Nisa': 60).

Para ulama tafsir berbeda pendapat dalam memaknai kalimat "Thaghut" pada ayat di atas. Banyak di antara mereka memaknai thaghut itu dengan "dukun". Di antara ulama tafsir yang memaknai thaghut dengan dukun adalah: Ibnu Abbas, Sa'id bin Jubair, Ikrimah, Abul 'Aliyah, dan Imam Qatadah *(Tafsir al-Qurthubi: 5/*248). Jadi masyarakat pada zaman dahulu lebih suka untuk mendengar omongan dukun dalam menyelesaikan suatu masalah, dari pada kembali kepada wahyu yang telah diturunkan Allah melalui para rasul-Nya. Sejak dahulu, dukun sudah mendapatkan tempat di tengah kehidupan masyarakat. Tidak hanya pada zaman sekarang atau di zaman Rasulullah. Jauh sebelumnya pun, dukun sudah mempunyai peran di hati masyarakat yang menggandrunginya. Bagi mereka dukun adalah tempat untuk menyelesaikan masalah. Tempat untuk meminta saran dan pendapat. Tempat untuk menunjang keberhasilan dan kesuksesan yang mereka inginkan.

1. Dukun Pada Masa Nabi Musa as

Pada zaman Fir'aun misalnya. la melibatkan para dukun untuk menopang kelanggengan kekuasaannya. Fir'aun telah menjadikan para dukun ternama dan terhebat sebagai penasihat spiritualnya. Fir'aun dibuat kalang-kabut saat para dukun menafsirkan isi mimpinya. Ibnu Abbas berkata, "Setelah Fir'aun bermimpi, pada pagi harinya Fir'aun mengumpulkan dukun-dukunnya. (Setelah mendengar isi mimpi Fir'aun), para dukun itu mengatakan, "Pada tahun ini akan lahir seorang anak laki-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

laki, ia kelak akan menggulingkan kekuasaanmu". Serta merta Fir'aun memutuskan bahwa setiap seribu wanita, harus dijaga seratus tentara. Setiap ada seratus wanita, dijaga sepuluh tentara. Setiap ada sepuluh wanita, harus dijaga seorang tentara. Lalu ia memerintahkan, "Perhatikan dengan seksama setiap wanita hamil di wilayah ini. Apabila telah melahirkan, lihatlah. Kalau bayinya laki-laki, maka sembelihlah. Dan kalau bayinya perempuan, maka biarkanlah." *(Tafsir Jami'ul Bayan:* 1/272).

Saat menghadapi Nabi Musa, Fir'aun mengerahkan semua dukun dan tukang sihirnya. Dalam tafsir Ibnu Katsir disebutkan, jumlah dukun dan tukang sihir waktu itu mencapai 80.000 personil. Jumlah yang sangat banyak itu dibagi menjadi empat kelompok. Masing-masing kelompok dipimpin dukun dan tukang sihir terhebat. Yaitu, Sabur, Adzur, Hath dan Mushaffa. Sungguh merupakan jumlah yang sangat banyak. Tapi dukun yang dimiliki Raja Persia lebih banyak lagi. Jumlahnya mencapai 360 orang. Itulah sebagian cara mereka untuk melanggengkan kekuasannya.

2. Dukun Pada Masa Nabi Yusuf as

Begitu juga raja yang memerintah pada zaman Nabi Yusuf. la menjadikan para dukun sebagai rujukan utama dalam menghadapi berbagai problema. Hanya saja para dukun raja waktu itu tidak mampu menafsirkan mimpi sang raja, saat ia bermimpi dengan mimpi yang cukup aneh (Lihat QS. Yusuf: 43-49). Mereka menganggap isi mimpi raja sangat rumit untuk ditafsirkan, dan ada juga yang mengatakan bahwa mimpi sang raja hanyalah bunga tidur atau mimpi kosong tak punya arti. Akhirnya Nabi Yusuf-lah yang bisa menafsirkan mimpi sang raja itu.

Raja yang memerintah pada zaman Nabi Yusuf pada suatu malam bermimpi. Lalu ia mengumpulkan para dukun dan peramal, dan para pejabat teras kerajaan serta para pembesar. Lalu sang raja menceritakan mimpinya, setelah itu ia bertanya tentang arti mimpinya. Tapi tak satu pun yang hadir mengetahui secara persis arti mimpi itu. Bahkan kebanyakan mereka mengatakan bahwa itu hanyalah mimpi yang kacau dan sulit ditafsirkan. Pada saat itulah, seorang pemuda yang pernah satu sel dengan Nabi Yusuf ingat akan Nabi Yusuf. Padahal sebelumnya setan telah membuatnya lupa. Lalu ia memberitahukan kepada sang raja bahwa ada orang yang bisa menafsiri mimpinya itu, dialah Nabi Yusuf. *(Lihat Tafsir Ibnu Katsir:* 2/481)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Dukun Pada Masa Nabi Muhammad saw

Fenomena praktik perdukunan yang marak juga didapati pada masa Jahiliyyah, sebelum Muhammad diutus sebagai Nabi dan Rasul. Imam as-Suddi berkata, "Pada zaman Jahiliyyah banyak dukun-dukun. Apabila ada seseorang ingin melakukan perjalanan jauh, atau menikah, atau mewujudkan keinginan lainnya, ia mendatangi dukun. Lalu dukun itu memberinya mangkok. Kemudian mangkok itu dipukul, apabila keluar sesuatu yang menarik, maka ia pun meneruskan keinginannya. Tapi bila keluar sesuatu yang tidak disukai, maka ia pun membatalkan keinginannya." *(Tafsir Jami'ul Bayan*: 6/ 77).

Para dukun banyak bertebaran di wilayah Arab, karena banyak manusia yang berdukum ke mereka ketika ada masalah. Saat mereka punya bayi, mereka mendatangi dukun untuk bertanya seputar masa depan sang anak. Pasar Ukazh yang terkenal saat itu banyak dipenuhi praktik perdukunan. *(Lihat Kitab al-Mufashshal fi Tarikhil 'Arab Qablal Islam:* 61/773).

Sebagaimana yang dinukil oleh Ibnu Hajar dalam kitabnya, Imam al-Khatthabi berpendapat, "Praktik perdukunan merajalela dan menjamur di masa Jahiliyyah –khususnya di bangsa Arab– karena terputusnya risalah kenabian di kalangan mereka." *(Fathul Bari:* 10/ 217). Kalau kita membuka sejarah perdukunan di wilayah Rasulullah dilahirkan, maka akan kita temukan banyak nama-nama dukun yang hebat dan terkenal di kalangan mereka. Seperti Syaq dan Suthaih, Aus bin Rabi'ah, Nufail Ibnul 'Uzza, Sawad bin Qarib ad-Dausi, Ibnu Shayyad, Urwah bin Zaid al-Azdi, Haritsah, Juhainah dan masih banyak nama-nama lainnya. (*Lihat Kitab al-Mufashshal fi Tarikhil 'Arab Qablal Islam: 6/* 360).

4. Dukun Pada Masa Sekarang

Pada zaman kita sekarang, praktik perdukunan juga banyak. Bukan karena terputusnya wahyu. Tetapi karena jauhnya masyarakat dari ajaran wahyu (Al-Quran), serta keengganan mereka untuk mempelajari dan mengamalkannya. Jumlah mereka jutaan, tersebar di seantero bumi nusantara ini. Ada seorang dukun ternama yang pernah menyampaikan ke sebuah majalah ternama, bahwa Jumlah personil dukun yang bernaung dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kelompoknya berjumlah lebih dari 13 juta personil. Itu hanya satu paguyuban, belum lagi paguyuban dan kelompok lainnya yang tidak dibawah naungannya.

Tidak semua dukun yang membuka praktik perdukunan benar-benar seorang dukun. Tidak semua dukun dibantu oleh jin dalam praktiknya. Tidak semua dukun menguasai ilmu-ilmu mistik atau supranatural. Di antara mereka banyak juga yang hanya modal nekat. Karena susah cari pekerjaan atau sulit mencari penghasilan, akhirnya dengan intrik dan rekayasa serta trik tersembunyi mereka membuka praktik perdukunan.

Imam Al-Khatthabi mengklasifikasikan praktik perdukunan yang ada pada zaman Rasulullah menjadi empat bagian. *Pertama,* dukun yang berkolaborasi dengan jin. Dalam praktiknya, dukun tersebut selalu mendapatkan pasokan berita dari jin yang telah mencuri kabar dari langit, ada kerjasama dan keterikatan antara keduanya (sesekali perkatannya benar tapi dustanya ratusan kali karena sudah dikuasai setan). *Kedua,* dukun yang terkadang saja dibantu oleh jin. Jin datang untuk mendikte dan menyetirnya (prakteknya terbiasa dengan kesurupan dulu – tingkah laku dan suara berubah – untuk mengobati atau mencari barang yang hilang). *Ketiga*, dukun yang bersandar kepada tebakan, perkiraan dan sangkaan. *Keempat*, dukun yang praktiknya bersandar pada pengalaman dan kebiasaan semata. la mengaitkan masalah yang ada dengan masalah serupa yang telah terjadi atau telah dialaminya. Jenis dukun ketiga dan keempat inilah yang kerjaannya penuh intrik hanya penipu, pembual, pendusta lantaran susahnya mencari pekerjaan *(Fathul Bari:* 10/218).

Dukun kategori manapun, kita dilarang oleh Rasulullah saw untuk mendatanginya, bertanya kepadanya, apalagi membenarkan apa yang dikatakannya. Baik itu dukun mistik maupun dukun intrik. Rasulullah saw bersabda:

مَنْ أَتَى كَاهِنًا أَوْ عَرَّافًا فَصَدَّقَهُ بِمَا يَقُولُ فَقَدْ كَفَرَ بِمَا أُنْزِلَ عَلَى مُحَمَّدٍ

"Barangsiapa yang mendatangi dukun atau peramal, lalu membenarkan apa yang dikatakannya. Maka ia telah kufur terhadap apa yang telah diturunkan kepada Muhammad (Al-Quran dan Al-Hadits)." (HR. Ahmad dan dishahihkan al-Albani)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Mewaspadai Godaan Setan/Jin Penyebab Sakit Rohani & Jasmani

Sudah sepatutnya seorang mukmin menjalankan perintah Allah swt dan menjauhi semua larangan-Nya serta beramar ma'ruf dan mencegah kemunkaran di muka bumi ini. Justru perjalanan orang yang demikian inilah yang paling rumit, penuh cobaan dan rintangan dalam hidupnya terlebih lagi dibenci dan dimusuhi setan beserta bala tentaranya sebagaimana Allah swt berfirman:

إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا

"Sesungguhnya setan itu musuhmu maka jadikanlah setan itu musuhmu" (QS: al-Fathir:6).

Dan firman-Nya:

إِنَّ كَيْدَ الشَّيْطَانِ كَانَ ضَعِيفًا

"Sesungguhnya tipu daya setan itu adalah lemah" (QS An-Nisaa':76).

Rasulullah saw bersabda: *Apabila Seseorang Masuk rumah, lalu ia berdzikir kepada Allah ketika masuk dan ketika makan, maka setan akan berkata (kepada kawan-kawannya) tidak ada tempat bermalam bagimu dan makan malam, tetapi apabila ia masuk rumah dan ketika makan tanpa berdizikir kepada Allah, maka setan akan berkata (kepada kawan-kawannya) kalian mendapat tempat bermalam dan bermakan malam (HR. Muslim)*

Demikian Pernyatan Setan: "Ingat aku (Iblis/Setan)! Aku teman kalian, aku telah hidup bersama kalian hai Anak Adam; makan, minum, dan tidur bersama kalian dan kalian tidak menyadarinya, ingat... ingat... ketika aku menipu kalian! Dan kalian diusir dari surga, kemudian Allah memperingatkan kalian, tetapi kalian tetap saja bodoh! Kalian hanya mendengarkan aku, jika kalian mencintai Allah mengapa kalian tidak mentaatinya, jika kalian membenciku mengapa kalian mendengarkanku? Disamping itu kalian semua menginginkan untuk kembali ke surga, benar tidak!"

"Aku telah berpengalaman selama ribuan tahun, menipu dan menggoda kalian dan menertawakan kalian, dan kalian telah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membuktikannya sendiri bahwa kalian itu bodoh, kalian hanyalah potongan tanah dan kalian akan selalu seperti itu, aku bisa membentukmu dengan cara apapun yang aku inginkan, meskipun aku tidak bisa melakukan segala hal terhadap kalian, yang bisa aku lakukan adalah membisikkan kata-kata yang cocok untuk kalian, dan kalian akan mendengarkan dan melakukan apa yang aku perintahkan, dan jika aku berkata kepada kalian untuk beribadah menyembah berhala pasti kalian menolak dan kalian akan berpura-pura religius dan jujur terhadap Tuhan kalian, tapi kalian semua pembohong besar, kalian tidak menyangkalnya kan? menyangkal bahwa aku membuat kalian beribadah kepadaku? Termasuk diri kalian sendiri dan kebanggaan kalian?"

"Aku membuat kalian beribadah kepada uang, sex dan penampilan, aku telah membuat kalian beribadah kepada sesuatu yang tak berharga, aku mengarahkan kalian untuk beribadah kepada: Api, ketenaran, tembakau (rokok), penyakit, cabul, sebagian dari aku membuat kalian beribadah hanya untuk kepentinganku, yang membuat kalian percaya diri, yang cocok dengan suasana hati, tidak ada ayat Al-Quran yang menyebutkan tembakau dan rokok itu dilarang, kalian lihat, kalian membodohi diri kalian sendiri, bukan aku..., akulah yang mendorong kebodohan kalian, yang membakar rasa malu kalian ketika kalian merokok, yang membakar rasa malu kalian ketika berbusana minim bahkan tidak berbusana, aku akan bertindak terhadap kalian setiap saat, kalian ingin kembali ke surga..! langkahi dulu mayatku...! jadi kalian harus mengikutiku, aku akan mengejar kalian dan aku punya banyak waktu hai anak adam.....!"

Untuk lebih mengenal iblis, jin, setan lebih dalam lagi, berikut pemaparannya: Nama: Iblis; Bergelar: setan/jin kafir; alamatnya ada pada: Hati orang yang lalai; Agama: Kekufuran; Cara kerja: Menipu; Media: Sex, Harta; Kekayaan: Semua yang haram; Tempat: Night Club, Pasar, kamar mandi/wc; Hobi: menyesatkan manusia; Cita-cita: manusia masuk neraka; Istri: Semua yang terbuka auratnya; Anak: yang durhaka pada orang tuanya; Musuh: Orang yang beriman; Teman: orang yang rakus, sombong; Kepribadian: angkuh; Yang ditakuti : Dzikir dan baca Al-Quran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari Abu Umamah al-Bahili, Rasulullah saw bersabda:

اقْرَأُوا الْقُرْآنَ، فَإِنَّهُ يَأْتِي شَافِعًا لِأَصْحَابِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَعَلَيْكُمْ بِالزَّهْرَاوَيْنِ: الْبَقَرَةِ، وَآلِ عِمْرَانَ، فَإِنَّهُمَا يَأْتِيَانِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَأَنَّهُمَا غَمَامَتَانِ، أَوْ كَأَنَّهُمَا غَيَايَتَانِ، أَوْ كَأَنَّهُمَا فِرْقَانِ مِنْ طَيْرٍ صَوَافَّ، يُحَاجَّانِ عَنْ صَاحِبِهِمَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ، اقْرَءُوا سُورَةَ الْبَقَرَةِ، فَإِنَّ أَخْذَهَا بَرَكَةٌ، وَتَرْكَهَا حَسْرَةٌ، وَلَا تَسْتَطِيعُهَا الْبَطَلَةُ

Bacalah Al-Quran, karena sesungguhnya ia datang pada hari kiamat sebagai pemberi syafa'at kepada para pembacanya. Bacalah Zahrawain: Al-Baqarah dan Ali 'Imran, karena sesungguhnya keduanya datang pada hari kiamat seolah-olah keduanya awan atau dua naungan atau seolah-olah dua kelompok burung yang membentangkan sayap mereka membela para pembacanya. Bacalah surat Al-Baqarah, karena sesungguhnya mengambilnya adalah barakah dan meninggalkannya adalah kerugian dan tukang-tukang sihir tidak mampu untuk mengalahkannya.(HR. Muslim).

Apakah Jin Itu? Dalam Islam, makhluk ciptaan Allah dapat dibedakan antara yang bernyawa dan tak bernyawa. Di antara yang bernyawa adalah jin. Kata jin menurut bahasa (Arab) berasal dari kata *ijtinan*, yang berarti *istitar* (tersembunyi). Jadi, jin menurut bahasa berarti sesuatu yang tersembunyi dan halus, sedangkan setan ialah setiap yang durhaka dari golongan jin, manusia atau hewan. Iblis adalah gembongnya setan. Kalau pun ada manusia yang dapat melihat jin, jin yang dilihatnya itu adalah yang sedang menjelma dalam wujud makhluk yang dapat dilihat mata manusia biasa. Dalam sebuah hadis, Nabi saw bersabda, *"Setan memperlihatkan wujud (diri)nya ketika aku shalat, namun atas pertolongan Allah, aku dapat mencekiknya hingga kurasakan dingin air liurnya di tanganku. Kalau bukan karena adanya doa saudaraku Nabi Sulaiman, pasti kubunuh dia."* (HR. Al-Bukhari).

Dinamakan jin, karena ia tersembunyi wujudnya dari pandangan mata manusia. Itulah sebabnya jin dalam wujud aslinya tidak dapat dilihat mata manusia. Kalau ada manusia yang dapat melihat jin, maka jin yang dilihatnya itu adalah jin yang sedang menjelma dalam wujud makhluk yang dapat dilihat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mata manusia biasa. Bisa jadi, Manusia itu sendiri juga memiliki sekutu/perewangan dengan jin sehingga ia bisa mendeteksi keberadaannya, wujudnya, bahkan bisa mengusir dari tubuh orang yang kesurupan atau terkena santet. Allah swt berfirman:

إِنَّهُ يَرَاكُمْ هُوَ وَقَبِيلُهُ مِنْ حَيْثُ لا تَرَوْنَهُمْ إِنَّا جَعَلْنَا الشَّيَاطِينَ أَوْلِيَاءَ لِلَّذِينَ لاَ يُؤْمِنُونَ

"Sesungguhnya ia (jin) dan pengikut-pengikutnya melihat kalian (hai manusia) dari suatu tempat yang kamu tidak bisa melihat mereka. Sesungguhnya kami telah menjadikan setan-setan itu pemimpin-pemimpin bagi orang yang tidak beriman" (QS Al-A'raf 7:27).

Tentang asal kejadian jin, Allah menjelaskan, kalau manusia pertama diciptakan dari tanah, maka jin diciptakan dari api yang sangat panas sesuai dengan ayat tersebut di atas. *"Dan Kami telah menciptakan jin sebelum (Adam) dari api yang sangat panas."* (QS. Al Hijr: 27). Dalam ayat lain Allah mempertegas: *"Dan Kami telah menciptakan jin dari nyala api."* (QS. Ar-Rahman 55:15). Ibnu Abbas, Ikrimah, Mujahid dan Adhdhahak berkata, bahwa yang dimaksud dengan firman Allah: Dari nyala api, ialah dari api murni. Dalam riwayat lain dari Ibnu Abbas: Dari bara api. (Ditemukan dalam Tafsir Ibnu Katsir). Dalilnya dari hadits riwayat Aisyah, bahwasanya Rasulullah saw bersabda: *"Malaikat diciptakan dari cahaya, jin diciptakan dari nyala api, dan Adam diciptakan dari apa yang disifatkan (diceritakan) kepada kalian (yaitu dari air air sperma dan ovum)."* (HR Muslim di dalam kitab Az-Zuhd dan Ahmad di dalam Al-Musnad).

Mengenai Bentuknya, Setiap makhluk diberi Allah kekhususan atau keistimewaan tersendiri, di mana salah satu kekhususan jin ialah dapat mengubah bentuk. Misalnya jin kafir (setan) pernah menampakkan diri dalam wujud orang tua kepada kaum Quraisy sebanyak dua kali. Pertama, ketika suku Quraisy berkonspirasi untuk membunuh Nabi Muhammad saw di Makkah. Kedua, dalam perang Badr pada tahun kedua Hijriah. (QS Al-Anfaal 8:48).

Jin beranak-pinak dan berkembang-biak, Allah memperingatkan manusia agar tidak terkecoh menjadikan iblis (yang berasal dari golongan jin) dan keturunan-keturunannya sebagai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pemimpin sebab mereka telah mendurhakai perintah Allah (lihat surat Al-Kahfi, 18:50). Tentang apakah jin bisa meninggal atau tidak, ada pendapat bahwa jin hanya berkembang biak, tetapi tidak pernah meninggal. Benar atau tidak, *wa Allahu a'lam*. Namun menurut hadits yang diriwayatkan Bukhari dan Muslim, di mana Nabi Muhammad saw berdo'a: *"Ya Allah, Engkau tidak mati, sedang jin dan manusia mati..."* (HR Bukhari 7383–Muslim 717).

Tempat-tempat Jin, Walaupun banyak perbedaan antara manusia dengan jin, namun persamannya juga ada. Di antaranya sama-sama mendiami bumi. Bahkan jin telah mendiami bumi sebelum adanya manusia dan kemudian tinggal bersama manusia itu di rumah manusia, tidur di atas ranjang dan makan bersama manusia. Tempat yang paling disenangi jin adalah WC. Oleh sebab itu hendaknya kita berdoa waktu masuk WC yang artinya: *"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari (gangguan) setan (jin) laki-laki dan setan (jin) perempuan."* (HR At-Turmudzi). Setan suka berdiam di kubur dan di tempat sampah. Kuburan dijadikan sebagai tempat bermeditasi oleh tukang sihir (Paranormal). Nabi Muhammad saw melarang kita tidur menyerupai setan. Setan tidur di atas perutnya (tengkurap) dan bertelanjang. Manusia yang tidur dalam keadaan bertelanjang menarik perhatian setan untuk mempermainkan auratnya dan menyebabkan timbulnya penyakit. *Na'uzu billah min zaalik*!

(Qarin) Setan selalu mendampingi manusia. Yang dimaksud dengan qarin dalam surat Qaaf 50:27 ialah yang menyertai. Setiap manusia disertai setan yang selalu memperdayakannya. Karena sudah menjadi komitmen setan akan senantiasa menggoda manusia agar durhaka kepada Allah. Oleh karena itu setan terus menerus mengincar manusia, setiap saat menyertai manusia sehingga setan itu disebut pula sebagai qarin bagi manusia, artinya "yang menyertai" manusia. Setiap manusia disertai setan yang selalu memperdayakannya, bahkan manusia dan qarin-nya akan bersama-sama pada hari berhisab nanti. Allah berfirman, artinya: *"Yang menyertai dia (qarin) berkata pula: 'Ya Tuhan kami, aku tidak menyesatkan tetapi dialah (manusia) yang berada dalam kesesatan yang jauh."* (QS Qaaf 50:27).

Manusia dan setan qarinnya itu akan bersama-sama pada hari berhisab nanti. Dalam sebuah hadits (HR Ahmad) Aisyah ra

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengatakan: Rasulullah saw keluar dari rumah pada malam hari, aku cemburu karenanya. Tak lama ia kembali dan menyaksikan tingkahku, lalu ia berkata: "Apakah kamu telah didatangi setanmu?" "Apakah setan bersamaku?" Jawabku. "Ya, bahkan setiap manusia." Kata Nabi Muhammad saw. "Termasuk engkau juga?" Tanyaku lagi. "Betul, tetapi Allah menolongku hingga aku selamat dari godaannya." Jawab Nabi. (HR Ahmad). Berdasarkan hadits ini, Nabi Muhammad juga ternyata didampingi setan. Hanya setan itu tidak berkutik terhadapnya. Lalu bagaimana mendeteksi keberadaan jin (misalnya di rumah kita), apa tanda-tanda seseorang kemasukan jin? Tidak ada cara atau alat yang bisa mendeteksi keberadaan jin. Sebab jin dalam wujud aslinya merupakan makhluk ghaib yang tidak mungkin dilihat manusia (QS Al-A'raf 7:27).

Tidak ada manusia yang bisa melihat jin, dan jika ada manusia yang mengklaim mampu melihat jin, maka orang tersebut sedang bermasalah. Bisa jadi dia mempunyai jin warisan atau pun jin hasil dia belajar. Kemampuan ini sebetulnya dalam Islam dilarang untuk dimiliki, dan termasuk dalam kategori bekerja sama dengan jin yang menyesatkan (QS Al-Jin 72:6). Sesungguhnya, tidak ada cara yang bisa digunakan untuk mendeteksi keberadaan jin. Jangan meminta bantuan orang yang mempunyai ilmu terawang. Sebab kalau kita meminta bantuannya, kita berarti telah meminta bantuan dukun musyrik yang dalam Islam merupakan dosa besar, bahkan bisa mengeluarkan seseorang dari Islam.

Keberadaan Jin yang bisa diketahui dalam hal ini adalah tanda-tanda keberadaan jin. Umpamanya, jin yang menampakkan diri pada seseorang di rumah atau ditempat-tempat tertentu. Atau anggota rumah/kantor yang sering kehilangan uang sementara menurut perkiraan sangat tidak mungkin ada orang yang mencuri. Atau orang sering kesurupan kalau memasuki tempat tersebut. Itu adalah bagian dari indikasi gangguan jin di tempat tersebut. Jika sudah ada gangguan, maka Ruqyah Syar'iyyah adalah solusi islaminya. Ada pun jika tidak ada gangguan di rumah atau di tempat kita, maka pendeteksian keberadaan jin-jin jahat tak perlu dilakukan. Demikian juga masalah deteksi jin pada diri seseorang. Tidak ada orang yang dapat melihat keberadaan jin secara pasti dalam tubuh seseorang. Kalau ada yang mengaku mampu mendeteksinya secara pasti, maka orang tersebut juga mempunyai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

jin yang tidak boleh dimintai bantuan. Untuk memastikan keberadaan jin yang memasuki tubuh seseorang adalah juga dengan Ruqyah Syar'iyyah. Yaitu, terapi nabawi berupa membacakan ayat-ayat Al-Quran dan do'a-do'a dari As-Sunnah An-Nabawiyah yang ma'tsurat. Itulah satu-satunya cara islami yang syar'i diajarkan oleh Islam untuk menangani segala kasus yang berhubungan dengan jin (pembahasan selanjutnya).

1. Pintu-pintu Godaan Setan/Jin

Hati tak ubahnya seperti benteng, sedangkan setan adalah musuh yang ingin memasuki benteng untuk menguasainya. Sementara itu kita tidak akan dapat menjaga benteng dari serangan musuh kecuali dengan penjagaan benteng, pintu-pintu masuknya, dan celah-celahnya. Tidak ada yang mampu menjaga pintu-pintunya kecuali orang yang mengetahui pintu-pintunya. Di antara pintu-pintunya yang besar adalah:

a. Marah dan Syahwat: Marah adalah bius akal. Apabila tentara akal lemah maka tentara setan maju menyerang. Apabila manusia marah maka setan mempermainkannya seperti anak kecil mempermainkan bola.
b. Dengki dan Tamak: Apabila seseorang tamak terhadap segala sesuatu maka ketamakannya itu akan membuatnya buta dan tuli. Sabda Nabi saw: *"Cintamu pada sesuatu membuat buta dan tuli"*. Sementara itu cahaya bashirah akan memberitahukan pintu-pintu setan, apabila tertutupi oleh kedengkian dan ketamakan maka ia tidak dapat melihat. Pada saat itulah setan mendapatkan kesempatan untuk menumbuhkan kesan bagus pada orang tamak terhadap segala sesuatu yang dapat melampiaskan syahwatnya sekalipun keji dan mungkar.
c. Kenyang dengan Makanan Sekalipun Halal dan Bersih: Dalam kenyang terdapat enam hal tercela: menghilangkan rasa takut kepada Allah, menghilangkan kasih sayang kepada makhluk dari dalam hatinya, karena ia merasa mereka semua kenyang, menghambat ketaatan, tidak tanggap terhadap ucapan-ucapan hikmah, apabila menyampaikan nasihat tidak menyentuh hati orang, dan menimbulkan banyak penyakit.
d. Suka Berhias dengan Pakaian, dan Perabotan Rumah: Apabila hal tersebut telah mendominasi hati manusia, setan akan terus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengajaknya untuk membangun rumah, menghiasi atap dan dindingnya, memperluas bangunannya, mengiasi pakaian dan lemarinya sehingga terbenam dalam hal tersebut sepanjang hidupnya dan menjadi sombong.

e. Tamak Pada Manusia: Setan akan menumbuhkan rasa ingin mencari muka dan riya' kapada orang yang akan dipamrihinya, walaupun untuk mendapatkan simpati orang tersebut ia rela melakukan hal yang tercela.

f. Terburu-buru dan Tidak Mengkonfirmasi Persoalan: Nabi saw bersabda: *"Terburu-buru adalah dari setan dan berhati-hati adalah dari Allah."* (HR Tirmidzi). Hal ini karena amal perbuatan harus dilakukan setelah difahami dan dimengerti dan hal ini memerlukan waktu, sedangkan terburu-buru menghalangi kematangan berfikir.

g. Harta Kekayaan: Setiap hal yang melebihi takaran kebutuhan pokok maka ia merupakan tempat bertenggernya setan. Setelah ia mendapatkan satu juta lebih dari kebutuhan pokoknya maka bangkit dari hatinya berbagai syahwat yang memerlukan satu juta tiap bagiannya, dan terus berlanjut hingga tidak ada puas-puasnya.

h. Bakhil dan Takut Miskin: Hal ini mencegah dari berinfaq dan bershadaqah, sebaliknya mengajak untuk menimbun dan menumpuk-numpuk harta. Syufyan berkata: Setan tidak punya senjata seampuh rasa takut miskin.

i. Fanatik Terhadap Madzhab, Mendengki Lawan dan Melecehkannya: Hal ini termasuk yang membinasakan, karena mencaci orang dan sibuk mencari keburukan orang merupakan sifat kebinatangan. Setan akan menghembuskan bahwa hal tersebut adalah kebenaran dan akan terasa manis di hatinya sehingga makin antusias melakukannya, merasa gembira dan senang bahkan dikiranya sebagai perjuangan (jihad) untuk agama, padahal merupakan tindakan mengikuti setan.

j. Mengajak Orang Awam Untuk Berfikir Dzat Allah: Mengajak orang awam yang tidak memiliki ilmu untuk berfikir dzat Allah atau tentang hal-hal yang tidak terjangkau oleh akal mereka sehingga menimbulkan keraguan terhadap agama,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atau akan menimbulkan berbagai khayalan yang tidak benar tentang Allah sehingga mengakibatkan terjerumus kepada kekafiran atau bid'ah tetapi ia merasa sebagai pengetahuan dan bashirah yang terungkap lewat kecerdasan dan kehebatan akalnya. Padahal orang paling pandai adalah orang yang paling kuat keyakinannya terhadap akalnya sendiri, sedangkan orang yang paling berakal adalah orang yang paling keras tuduhannya terhadap dirinya dan paling banyak bertanya kepada para ulama. Aisyah r.ha berkata, Rasulullah bersabda: *"Sesungguhnya setan mendatangi salah seorang di antara kamu seraya bertanya: "Siapakah yang menciptakanmu?" Kemudian ia menjawab: "Allah tabaraka wa ta'ala." Setan bertanya lagi: "Siapakah yang menciptakan Allah?" Jika salah seorang di antara kamu menghadapi hal tersebut maka katakanlah, "Aku beriman kepada Allah dan Rasul-Nya", karena jawaban tersebut dapat mengusirnya."* (HR Ahmad, Al-Bazzar, Abu Ya'la)

k. Buruk Sangka Kepada Kaum Muslimin: Allah berfirman, *"Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan dari prasangka, sesungguhnya sebagian prasangka itu adalah dosa."* (QS Al Hujuraat: 12). Diriwayatkan dari Ali bin Husain bahwa Shafiyah binti Huyai bin Akhtab memberitahukan kepadanya bahwa Nabi saw pernah beriktikaf di dalam masjid. Shafiyah berkata: kemudian aku mendatangi Nabi saw dan berbicara kepadanya. Setelah sore aku pun kembali dan Nabi saw berjalan bersamaku. Di tengah jalan kami berpapasan dengan dua orang lelaki anshar seraya mengucapkan salam, kemudian kedua orang itu terus melaju tetapi Nabi saw memanggil keduanya seraya bersabda: "Sesungguhnya dia adalah Shafiyah binti Huyai." Kedua orang itu berkata: 'Wahai Rasulullah, kami tidak berprasangka kepadamu kecuali kebaikan'. Nabi saw bersabda: "Sesungguhnya setan mengalir pada peredaran darah tubuh anak Adam, dan sesungguhnya aku khawatir setan akan masuk pada kalian berdua." (HR Bukhari Muslim)

2. Tipuan Setan/Jin Terhadap Orang Mukmin

Adapun tipuan serta ajakan setan terhadap manusia agar meninggalkan beribadah kepada Allah swt ada 7 macam jalan, diantaranya adalah:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Setan melarang manusia, agar jangan taat kepada Allah. Orang-orang yang dipelihara Allah, akan menolak ajakan itu seraya berkata: *"Aku sangat memerlukan sekali kepada pahala dari Allah, karena aku harus mempunyai bekal dari dunia untuk akhirat yang kekal abadi."*
b. Bila bujukan pertama tidak berhasil, maka setan mengajak manusia untuk mengakhiri taat; nanti saja atau kalau sudah tua, dan sebagainya. Orang-orang yang terpelihara akan menolak ajakan itu seraya berkata: *"Ajalku bukan pada tanganku; jika aku menunda-nunda amal hari ini untuk esok, maka amal hari esok bila akan aku kerjakan, padahal tiap-tiap hari dan waktu mempunyai amal tersendiri dan hak hukum waktunya."*
c. Kadang-kadang setan akan mendorong manusia supaya terburu-buru mengerjakan amal baik dengan amat segera dan katanya: Ayoo.. cepat-cepat beramal supaya engkau dapat memburu lagi amal lainnya. Orang-orang yang selamat tentu menolak dan berkata: *"Amal yang sedikit tapi sempurna lebih baik daripada amal banyak tetapi tidak sempurna."* Memang sifat tergesa-gesa inilah yang paling disukai oleh setan untuk menjerumuskan manusia pada banyak kesalahan. Rasulullah saw bersabda: "Kehati-hatian merupakan kasih sayang dari Allah swt sedangkan tergesa-gesa adalah pembawaan setan" (H.R Baihaqi). Menurut salah satu Salafus Sholih yaitu Hatim Al-Asham mengatakan bahwa "Tergesa-gesa/terburu-buru itu pembawaan dari setan, kecuali dalam lima perkara;
    1) Menghormati tamu di kala ia datang bersilaturahim
    2) Menguruskan jenazah bila datang ajalnya
    3) Menikahkan anak perawan jika telah sampai waktunya
    4) Membayar hutang jika sudah sampai janjinya
    5) Bertaubat setelah mengerjakan dosa."
d. Setan itu lalu menyuruh manusia supaya mengerjakan amal baik dengan sempurna sebab kalau tidak sempurna nanti dicela oleh orang lain. Orang-orang yang terpelihara tentu menolaknya dan akan berkata: *"Untuk saya cukup dinilai oleh Allah saja dan tidak ada faedahnya beramal kerana manusia. Ini adalah isyarat supaya manusia Riya' dalam amalnya."*
e. Setelah itu setan menancapkan perasaan dalam hati orang yang beramal dengan mengatakan; Betapa tingginya derajatmu dapat beramal sholeh dan betapa pula cerdikmu dan kesempurnaanmu. Orang-orang yang baik akan menjawab

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahwa *"Semua keagungan dan kesempurnaann itu kepunyaan Allah, bukan kekuatan atau kekuasaan aku. Allahlah yang memberi taufiq kepadaku untuk mengerjakan amal yang Ia ridhoi, dan memberikan ganjaran yang besar dengan anugerah kurniaNya. Jika sekiranya tanpa kurnia Allah, maka apalah harganya amalku ini dibandingkan dengan banyaknya nikmat Allah kepadaku, di samping dosaku yang banyak pula. Tidak dapat berkata-kata dan mengamalkan begini melainkan mereka yang mempunyai ilmu pengetahuan tentang Ilmu Tasawuf atau Ilmu Ma'rifat."*

f. Setelah jalan kelima gagal, maka setan mengajukan jalan yang keenam. Jalan ini lebih hebat dari yang disebut tadi, dan tidak akan bisa selamat terhadapnya kecuali orang yang cerdik dan hidup fikirannya. Setan itu berkata, membisikkan di hati manusia: "Bersungguh-sungguhlah engkau beramal dengan rahasia, jangan diketahui oleh manusia sebab Allah jualah yang akan menzhohirkan amalmu nanti terhadap manusia dan akan mengatakan bahwa engkau adalah seorang hamba Allah yang ikhlas." Setan itu mencampur-baurkan terhadap setiap orang yang beramal dengan amal tipuannya yang lemah sekali. Dengan ucapannya itu, setan bermaksud untuk memasukkan sebahagian dari pada penyakit Riya'. Orang yang terpelihara oleh Allah akan menolak ajakan setan itu dengan mengatakan: *"Hai Malaun (yang dilaknat) tiada henti-henti engkau menggodakaku untuk merusakkan amal dan ibadahku dengan berbagai macam jalan dan sekarang engkau berpura-pura seolah-olah akan memperbaiki amalku, padahal maksudmu untuk merusakkannya. Aku ini hamba Allah dan Allahlah jua yang menjadikan aku. Kalau Allah swt berkehendak mendhohirkan amalku atau menyembunyikannya dan kalau berkehendak menjadikan aku mulia atau hina, ini adalah urusan Allah. Aku tidak gelisah apakah amalku itu diperlihatkan oleh Allah kepada manusia atau tidak karena itu bukan urusan aku sebagai seorang hamba Allah."*

g. Setelah gagal setan itu menggoda dengan jalan keenam, maka ia menggoda lagi dengan jalan ketujuh dengan mengatakan; "Hai manusia, tidak perlu engkau menyusahkan dirimu untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

beramal ibadah, karena jika engkau telah ditetapkan oleh Allah pada masa azali dan dijadikan makhluk yang bahagia, maka tidak menjadi mudhorat apa-apa bagi engkau untuk meninggalkan amal, engkau akan tetap menjadi seorang yang bahagia. Sebaliknya jika engkau dikehendaki Allah menjadi orang yang celaka, maka tidak ada gunanya lagi engkau beramal dan tetaplah engkau celaka." Orang-orang yang terpelihara oleh Allah tentu akan menolak godaan ini dengan mengatakan: *"Aku ini seorang hamba, berkewajiban menurut perintah Tuhanku. Tuhan Maha Mengetahui, menetapkan sekehendak-Nya dan berbuat apa saja yang dikehendaki-Nya. Amalku tetap akan bermanfaat, walau bagaimanapun keadaanku. Jika aku dijadikan seorang yang berbahagia, aku tetap perlu beribadah untuk menambah pahala, dan jika aku dijadikan seorang yang celaka, aku tetap harus beramal ibadah, supaya tidak menjadi penyesalan bagi diriku meninggalkan amal itu. Jika sekiranya aku dimasukkan neraka, padahal aku taat, aku lebih senang daripada jika dimasukkan neraka kerana aku maksiat. Tetapi tidak akan demikian keadaannya kerana janji Allah pasti terjadi dan sabda-Nya pasti benar. Allah telah menjanjikan kepada siapa yang beramal taat kepada-Nya akan diberi ganjaran. Siapa-siapa yang meninggal dunia dalam keadaan beriman dan taat kepada Allah, tidak akan dimasukkan ke dalam neraka dan pasti akan dimasukkan ke Surga. Jadi masuknya, seseorang ke Surga bukanlah karena kekuatan amalnya, tetapi karena janji Allah semata yang pasti dan suci."*

Terlepas dari penyebab sakit yang datangnya dari virus, polusi udara, makanan, minuman yang mengandung bahan kimia, atau obat-obatan kimia. Ternyata penyakit juga datangnya dari manusia itu sendiri karena hawa nafsunya meledak-ledak, emosi tak terkendali/pemarah, suka mencela, takabbur/sombong, riya' yang berindikasi kepada kesehatan jasmaninya (migrain, asam urat, hipertensi, serangan jantung, vertigo, kolesterol tinggi, dll) juga berindikasi kepada rohaninya (stres, insomnia, depresi, dll) (Mochamad Lutfi Andriansa, 2012). Oleh karena itu, sadarlah wahai saudaraku muslim dan muslimah, semoga Allah memberi rahmat kepada kita, sesungguhnya urusan taat kepada Allah seperti yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kita lihat dan dengar bahwa banyak sekali godaan dan tipuan setan untuk menggagalkannya. Qiyaslah segala urusan dan tingkah laku kepada keadaan tersebut, dan bermohonlah pertolongan kepada Allah agar engkau dilindungi dan dipelihara dari kejahatan setan ini, karena segala sesuatu benda di bawah kekuasaan Allah dan kepada Allah kita mohon Taufiq untuk mendapatkan keridhoaan-Nya. "Tidak ada daya untuk meninggalkan maksiat dan tidak ada kekuatan untuk mengerjakan taat, kecuali dengan pertolongan Allah Yang Maha Luhur dan Maha Agung."

C. Konspirasi Yang Menghebohkan Dunia

Allah swt berfirman "Dan Kami turunkan kepadamu Al Kitab (Al Qur'an) untuk menjelaskan segala sesuatu." (QS An Nahl: 89). Dalam hadits yang diriwayatkan Abu Daud, Tirmidzi, Ahmad, dan Ibnu Majah, serta Ad Darimy dari sahabat Abu Najih Al Irbadh bin Sariyah berkata, "Rasulullah saw telah memberi nasehat kepada kami dengan satu nasehat yang menggetarkan hati dan mencucurkan air mata. Maka kami bertanya, 'Wahai Rasulullah! Seakan-akan nasehat ini adalah nasehat yang terakhir maka berilah kami wasiat.' Nabi bersabda, 'Aku wasiatkan padamu agar tetap bertaqwa kepada Allah swt, serta tetap mendengar perintah dan taat, walaupun yang memerintah kamu itu seorang budak, maka sesungguhnya orang yang masih hidup di antaramu nanti akan melihat perselisihan yang banyak, maka wajib atasmu memegang teguh akan Sunnahku dan perjalanan para Khulafa ar-Rosyidin yang diberi petunjuk, peganglah olehmu sunnah–sunnah itu dengan kuat dan jauhilah olehmu bid'ah, sesungguhnya segala bid'ah itu sesat.'"

Sungguh Rasulullah telah memberikan nasehat yang agung dan wasiat yang sempurna ini kepada umat Islam dimana beliau beliau menunjukkan mereka kepada perkara–perkara yang besar, tidak akan tegak urusan *dien* dan dunia kecuali dengan komitmen terhadapnya dan mengikutinya. Tidak ada jalan keluar dari problematika kehidupan kecuali dengan mengamalkannya dengan seksama di zaman yang dipenuhi dengan tipu daya, dibenarkannya para pendusta dan didustakannya orang–orang yang jujur, serta dipercayanya para pengkhianat dan dikhianatinya orang–orang terpercaya. Firman Allah SWT dalam surat Al-Isra'

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ayat 81:

وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا

"Dan katakanlah: "Yang benar telah datang dan yang batil telah lenyap". Sesungguhnya yang batil itu adalah sesuatu yang pasti lenyap".

1. Senjata Pemusnah Massal

Sebagian besar orang akrab dengan senjata tradisional *penghancur massal* seperti senjata biologi, senjata nuklir dan senjata kimia. Tujuan dari semua senjata penghancur massal ini adalah untuk menimbulkan korban dalam jumlah besar terhadap *populasi sipil* sebagai jalan untuk melumpuhkan suatu bangsa dalam ketundukan politis atau militer. Jika berbicara mengenai penggunaan Senjata Penghancur Massal (SPM) terhadap populasi sipil, tidak ada negara yang telah membunuh orang-orang tak bersalah sebanyak Amerika Serikat melalui pengebomannya terhadap kota-kota di Jepang pada Perang Dunia II (ini bukan retorika, ini adalah fakta sejarah).

Bom-bom atom adalah bukti SPM ditembakkan pada Perang Dunia II sebagai cara untuk memaksa kerajaan Jepang mengalah terhadap kekuatan Barat. Sejak waktu itu, senjata nuklir dengan kekuatan penuh, tidak pernah lagi ditembakkan pada penduduk sipil. Hal ini berarti Amerka Serikat tetap menjadi satu-satunya negara dalam sejarah yang telah menjatuhkan bom atom kepada penduduk sipil. Hal ini mengundang pertanyaan: Jika pemimpin-pemimpin nagara percaya bahwa menjatuhkan bom atom kepada penduduk sipil adalah tindakan yang benar, senjata seperti apa lagi yang juga disebarkan oleh mereka yang ditujukan kepada rakyat sipil?

Bagaimana jika sebuah negara ingin mengurangi jumlah penduduknya, tetapi dengan cara diam-diam? Cara untuk mencapai tujuan itu adalah dengan perlahan-lahan meracuni penduduk sipilnya dengan menyebarkan racun-racun kimiawi, logam-logam berat, molekul-molekul pengacau hormon dan racun saraf. Seperti yang dapat dikatakan oleh seorang teroris kepada anda, cara yang paling rahasia untuk mencapai tujuan itu adalah dengan memasukkan zat-zat kimia ke dalam produk-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

produk keseharian mereka seperti; air, makanan, produk-produk perawatan dan obat-obatan (Jerry D. Gray, 2010).

Fakta menarik lainnya: jika anda menguji apa yang ada dalam air, makanan, produk-produk dan obat-obatan yang dijual di Amerika Utara, anda akan menemukan berbagai bahan kimia yang berbahaya yang diambil bersama-sama, dapat dianggap sebagai senjata pemusnah massal. Hal yang menarik, *"Fluoride"* yang ditumpahkan ke dalam air publik asalnya merupakan bagian dari fasilitas proses pengayaan untuk uranium yang akan digunakan di senjata-senjata nuklir. Namun, dewasa ini *fluoride* adalah limbah dari pabrik-pabrik pembuat pupuk atau limbah dari penyakit cerobong asap pada pabrik-pabrik yang bertenaga uap. Apapun itu, tidak baik untuk gigi anda. Seluruh agenda *fluoride* adalah cara yang paling mudah dan murah untuk membuang limbah kimia industri daripada menyebutnya sebagai program kesehatan publik.

Sabun anti bakteri, anti bakteri mereka berasal dari bahan-bahan kimia yang secara molekul sangat mirip dengan *agen oranye* yang terkenal yang digunakan dalam perang vietnam. Meskipun demikian, produk-produk seperti ini dijual bebas untuk digunakan anak-anak. Demikian pula, anak-anak dan orang dewasa terus keracunan oleh logam berat seperti merkuri. Terima kasih pada praktik sangat beracun kedokteran gigi modern, sebuah industri yang secara mencengangkan masih gagal mengakui toksisitas yang jelas-jelas ada dari logam berat yang terus dimasukkan oleh para dokter gigi ke dalam mulut manusia sebagai bahan "tambalan perak" (yang sebenarnya mengandung merkuri labih dari perak).

Ada bahan kimia pengacau hormon dalam hampir semua plastik yang digunakan pada industri makanan kemasan, terutama sup-sup kaleng yang sering sangat beracun karena berbagai alasan. MSG dan perusak sistem saraf lainnya digunakan sebagai salah satu bahan dalam sup, makanan kecil, saos salad, perasa dan saos-saos siap saji lainnya. Semua ini adalah serangan kimiawi, namun serangan kimiawi terbesar dan terhebat bagi pikiran dan tubuh konsumen barat datang dari bahan-bahan kimia farmasi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Rokok, Siasat Pembunuhan Secara Perlahan

Hampir setiap menit siaran televisi mengiklankan rokok dengan berbagai macam merek. Membuat kesan begitu indah, menakjubkan dan memukau pada setiap orang yang menyaksikannya terlebih kaum adam. Dengan suasana jiwa berpetualang, olahragawan seolah itulah sosok jiwa lelaki yang sesungguhnya. Apalagi yang sudah kecanduan!, sungguh sebuah kenikmatan yang tiada tara, setelah makan yang panas-panas ditambah dengan kopi/teh panas, di situ pasti akan ada teman setia, sebungkus rokok yang selalu menemaninya di manapun dan kapanpun ia berada. Padahal di tiap label rokok sudah jelas tertera peringatan keras yang berakibat akan merusak kesehatan akibat menghisapnya. Masihkah bangga kalian dengan merusak kesehatan diri sendiri dan menguntungkan pihak lain!

Ingatlah kalian dengan pernyataan setan!, sebagai berikut: "Aku membuat kalian beribadah kepada uang, seks dan penampilan, aku telah membuat kalian beribadah kepada sesuatu yang tak berharga, aku mengarahkan kalian untuk beribadah kepada: Api, ketenaran, tembakau (rokok), penyakit, cabul, sebagian dari aku membuat kalian beribadah hanya untuk kepentinganku, yang membuat kalian percaya diri, yang cocok dengan suasana hati, tidak ada ayat Al-Quran yang menyebutkan tembakau dan rokok itu dilarang, kalian lihat, kalian membodohi diri kalian sendiri, bukan aku..., akulah yang mendorong kebodohan kalian, yang membakar rasa malu kalian ketika kalian merokok agar dibilang trendy, funky, cool, freshmaker, pejantan tangguh, dll, aku akan bertindak terhadap kalian setiap saat, kalian ingin kembali ke surga...!, langkahi dulu mayatku...!, jadi kalian harus mengikutiku, aku akan mengejar kalian dan aku punya banyak waktu hai anak adam.....!."

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rokok adalah benda beracun yang memberi efek santai dan sugesti merasa lebih jantan. Di balik kegunaan atau manfaat rokok yang secuil itu terkandung bahaya yang sangat besar bagi orang yang merokok maupun orang di sekitar perokok yang bukan perokok. Sebagaimana diketahui tumbuhan yang disebut dengan tembakau itu baru ditemukan pada akhir abad 10, kemudian penggunaannya mulai tersebar luas. Karena efek dan dampak rokok ketika itu belum dikenal maka sangat wajar kalau kemudian para ulama berbeda pendapat dalam menyikapinya. Namun, seandainya mereka mengetahui dampaknya seperti saat ini tentu akan berbeda.

Asap rokok mengandung kurang lebih 4000 bahan kimia yang 200 diantaranya beracun dan 43 jenis lainnya dapat menyebabkan kanker bagi tubuh. Beberapa zat yang sangat berbahaya yaitu tar, nikotin, CO (karbon monoksida), dan sebagainya. Zat-zat racun tersebut berpengaruh terhadap syaraf yang menyebabkan: Gelisah, tangan gemetar (*tremor*); Cita rasa/selera makan berkurang; Ibu-ibu hamil yang suka merokok dapat kemungkinan keguguran kandungannya.

Tar dan asap rokok merangsang jalan napas, dan tar tersebut tertimbun disaluran itu yang menyebabkan: Batuk-batuk atau sesak napas, sedangkan Tar yang menempel di jalan napas dapat menyebabkan kanker jalan napas, lidah atau bibir.

Nikotin merangsang bangkitnya *adrenalin* hormon dari anak ginjal yang menyebabkan: Jantung berdebar-debar; Meningkatkan tekanan darah serta kadar kolesterol dalam darah; dan erat dengan terjadinya serangan jantung. **Gas CO (Karbon Monoksida)** juga berpengaruh negatif terhadap jalan napas dari pembuluh darah. Karbon monoksida lebih mudah terikat pada hemoglobin daripada oksigen. Oleh sebab itu, darah orang yang kemasukan CO banyak, akan berkurang daya angkutnya bagi oksigen dan orang dapat meninggal dunia karena keracunan karbon monoksida. Pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

seorang perokok tidak akan sampai terjadi keracunan CO, namun pengaruh CO yang dihirup oleh perokok dengan sedikit demi sedikit, dengan lambat namun pasti akan berpengaruh negatif pada jalan napas dan pada pembuluh darah. Sel-sel yang melapisi mulut dapat mencerminkan kerusakan molekul yang disebabkan oleh rokok pada lapisan paru-paru, demikian laporan beberapa peneliti Amerika Serikat.

Asap rokok yang baru mati di asbak mengandung tiga kali lipat bahan pemicu kanker di udara dan 50 kali mengandung bahan pengiritasi mata dan pernapasan. Semakin pendek rokok semakin tinggi kadar racun yang siap melayang ke udara. Suatu tempat yang dipenuhi polusi asap rokok adalah tempat yang lebih berbahaya daripada polusi di jalanan raya yang macet. Seseorang yang mencoba merokok biasanya akan ketagihan karena rokok bersifat candu yang sulit dilepaskan dalam kondisi apapun. Seorang perokok berat akan memilih merokok daripada makan jika uang yang dimilikinya terbatas.

Harga rokok yang mahal akan sangat memberatkan orang yang tergolong miskin, sehingga dana kesejahteraan dan kesehatan keluarganya sering dialihkan untuk membeli rokok. Rokok dengan merk terkenal biasanya dimiliki oleh perusahaan rokok asing yang berasal dari luar negeri, sehingga uang yang dibelanjakan perokok sebagaian akan lari ke luar negeri yang mengurangi devisa negara. Pabrik rokok yang mempekerjakan banyak buruh tidak akan mampu meningkatkan taraf hidup pegawainya, sehingga apabila pabrik rokok ditutup para buruh dapat dipekerjakan di tempat usaha lain yang lebih kreatif dan mendatangkan devisa.

Sebagian perokok biasanya akan mengajak orang lain yang belum merokok untuk merokok agar merasakan penderitaan yang sama dengannya, yaitu terjebak dalam ketagihan asap rokok yang jahat. Sebagian perokok juga ada yang secara sengaja merokok di tempat umum agar asap rokok yang dihembuskan dapat terhirup orang lain, sehingga orang lain akan terkena penyakit kanker.

Sedikitnya 2,2 juta penduduk dunia setiap tahunnya meninggal akibat penyakit paru obstruksi kronik (PPOK). Separuh para perokok meninggal akibat berbagai penyakit yang disebabkan oleh rokok. Kebiasaan merokok ini, berhubungan dengan terjadinya 25 jenis penyakit, termasuk paru-paru. Selain itu, proporsi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengeluaran rata-rata untuk membeli rokok atau tembakau pada 2001, untuk kelompok berpenghasilan paling rendah sekitar 9,1% dan 7,4% bagi yang berpenghasilan tinggi. Perokok yang berpenghasilan rendah, setiap hari menghabiskan 10 batang rokok, sedangkan yang berpenghasilan tinggi 12,5 batang. "Pengeluaran anggaran keluarga untuk produk tembakau lebih tinggi dibanding untuk belanja ikan (6,2%), sayur mayur (5,1%), daging, telur dan susu (6,4%)," paparnya. Ia mengatakan, lima penyakit paru utama menyumbang 17,4 % dari seluruh kematian di dunia. Masing-masing infeksi paru (7,2%, PPOK (4,8%), tuberkulosis (3%), kanker paru (2,15) dan asma (0,3%). Saat ini, terdapat 1,2 miliar perokok di dunia dan konsumsi rokok di Indonesia meningkat secara persisten sejak tahun 1970. Prevalensi merokok penduduk dewasa usia 15 tahun ke atas pada 1995 meningkat 26,9 persen. Tahun 2001 mencapai 31,5 persen sehingga diperkirakan terdapat 70 juta penduduk Indonesia merupakan perokok. Sekitar 88 persen di antaranya perokok kretek dengan kandungan tembakau 60-70 persen (kliniku.wordpress.com, 2007).

Pada acara peringatan hari tanpa tembakau sedunia di Monas, Jakarta, Minggu 31 Mei 2009. Sebuah survei yang dilakukan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 2006-2007 menyatakan bahwa "Jumlah perokok di Indonesia nomor tiga di dunia atau dengan jumlah 60 juta perokok saat ini," artinya sekitar 427 ribu orang meninggal setiap tahun di Indonesia karena rokok. Mereka yang meninggal umumnya karena penyakit yang ditimbulkan rokok seperti paru dan jantung koroner. Besarnya tingkat kematian ini, karena tingkat produksi rokok di Indonesia terus meningkat. Hal ini menyusul permintaan yang tinggi dari konsumen. Pertumbuhan permintaan rokok konsumen Indonesia yang tertinggi di dunia. Setiap tahun pertumbuhan ini mencapai 14,5 persen. "Produksi industri rokok pada 2006 mencapai 266 miliar batang atau rata-rata sekitar 11 batang selalu dikonsumsi oleh perokok setiap harinya." Tingginya pertumbuhan ini dituding karena tidak adanya pelarangan iklan rokok di televisi. Padahal dengan iklan artinya mendorong konsumsi rokok (racun) untuk terus meningkat. Alasannya tidak jelas karena akan mematikan industri rokok, tapi itu hanya mitos karena di negara maju pun pemerintah dan pejabatnya sudah membatasi penggunaan rokok ini.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut pakar kesehatan dari Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Agus Widyatmoko, angka kejadian orang yang meninggal dunia akibat serangan jantung di Indonesia saat ini cenderung meningkat akibat konsumen rokok yang setiap tahun juga meningkat. Hal itu justru terbalik dengan keadaan di Amerika Serikat yang mengalami penurunan. "Di negara maju, kesadaran orang mengenai pentingnya menjauhi rokok telah meningkat, termasuk dengan proteksi yang dilakukan pemerintah, sehingga kematian akibat penggunaan tembakau di negara maju, seperti Amerika Serikat telah menurun hingga sembilan persen," katanya.

Sebaliknya, kematian akibat tembakau di negara berkembang justru meningkat hingga dua kali lipat, dari 3,4 juta jiwa orang menjadi 6,8 juta orang. Ia mengatakan, data yang dirilis Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 2008 juga menunjukkan bahwa penyakit kardiovaskuler atau jantung telah menyebabkan 26,8 juta pria, dan 31,5 juta perempuan meninggal dunia. Di negara berkembang, penyakit jantung iskemik menjadi penyebab kematian kedua dengan angka 9,4 persen, sedangkan penyakit serebrovaskuler atau lebih dikenal dengan stroke menempati peringkat kelima penyebab kematian seseorang dengan angka 5,65 persen. "Perokok pasif mengalami risiko penyakit jantung koroner sebanyak 25-30 persen jika terpapar asap rokok," kata dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) UMY ini. Berdasarkan kenyataan tersebut, menurut dia, tanpa kesadaran masyarakat untuk berkomitmen menjauhkan diri dari tembakau, aktivitas merokok akan menyumbangkan 10 persen dari kematian global. "Oleh karena itu, berhenti merokok merupakan alternatif terbaik dan termurah daripada mengobati penyakit yang diakibatkan aktivitas merokok," katanya (muslimdaily.net, 2012).

Sekarang hampir semua orang mengetahui tentang bahaya merokok; bukan hanya para dokter. Dan bahayanya bersifat pasti (qoth'i). Sedangkan Islam sangat melarang tindakan yang membahayakan diri dan orang lain. Kami yakin, seandainya informasi lengkap tentang bahaya rokok telah dikenal di zaman terdahulu, tentu para ulama telah mengharamkannya secara total mengingat bahaya (mudharat) yang ditimbulkannya sangat besar, apalagi dampak buat perokok pasifnya. Rasulullah saw bersabda:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

لَاضَرَرَوَلَاضِرَارَ

Jangan membahayakan diri sendiri dan orang lain (HR Ahmad, Ibnu Majah dan Ad-Daruqutni).

Firman Allah swt dalam surat Al-Baqarah ayat 195 menyatakan bahwa:

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik.

Allah Swt melarang manusia untuk menjatuhkan diri dalam kehancuran. Dan merokok adalah bagian dari menjatuhkan diri dari kehancuran dan keruskan. Baik kerusakan badan maupun ekonomi. Barangkali kesimpulan fikih yang terbaik mengenai keharaman mengonsumsi seluruh hal yang berbahaya adalah apa yang ditegaskan oleh al-Imam al-Nawawi dalam Rawdhah-nya. Beliau berkata, *"Semua yang berbahaya dimakan seperti remukan kaca, remukan batu, dan racun, maka memakannya adalah haram."* Selanjutnya Ibnu Hazam dalam Muhalla-nya menegaskan, "Pemborosan adalah haram. Lalu yang dimaksud dengan pemborosan adalah : penggunaan atau pembelanjaan uang untuk hal-hal yang tidak dibutuhkan dan tidak perlu; membuang-buang uang, betapa-pun kecil jumlahnya tanpa guna; membelanjakan uang untuk hal-hal yang diharamkan Allah banyak ataupun sedikit."

Tidak dapat disangkal bahwa penggunaan uang untuk membeli rokok sama artinya dengan membuang-buang uang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Mengisap rokok akan menjadi semakin haram lagi jika:

- ✓ dikonsumsi oleh orang yang kondisi kesehatannya akan semakin berbahaya jika mengisapnya
- ✓ dipergunakan oleh orang yang sebetulnya sangat membutuhkan uang untuk menafkahi keluarganya atau orang lain yang menjadi tanggungannya
- ✓ usaha dan bisnis rokok itu dijalankan oleh jaringan yang menjadi musuh islam
- ✓ dilakukan oleh orang yang semestinya menjadi panutan atau teladan, karena ilmu dan ibadahnya.

Kegiatan yang merusak tubuh adalah perbuatan dosa, sehingga rokok dapat dikategorikan sebagai benda atau barang haram yang harus dihindari dan dijauhi sejauh mungkin. Ulama atau ahli agama yang merokok mungkin akan memiliki persepsi yang berbeda dalam hal ini. Tahukah anda!, bahwa:

"Perokok hidup bebas, tidak pernah baca doa sebelum merokok;

Perokok mempunyai musik seumur hidupnya

(suara nafasnya ngik-ngiiik);

Perokok mengurangi persaingan kerja, karena wanita perokok anaknya idiot;

Perokok tempat mengumpulkan amal bagi orang lain, karena menyiksa orang dengan asapnya di bus, mikrolet, atau tempat umum lainnya;

Perokok paling dermawan, karena rajin nyumbang ke dokter dan rumah sakit untuk pengobatan paru-paru, jantung, ginjal, kanker dan lain-lain;

Perokok awet muda, karena sebelum tua sudah mati."

Maka dari itu, mengawali dengan niat keras untuk berhenti merokok merupakan alternatif terbaik dan termurah daripada mengobati penyakit yang diakibatkan aktivitas merokok. Gerakan anti rokok perlu dukungan semua pihak: pemerintah, komunitas, tempat kerja, dan keluarga serta sahabat-sahabat. Bagaimana kita mau mendukung kalau perokok sendiri sudah begitu depensif dan keras kepala? Obat untuk orang seperti ini yang lebih manjur adalah masuk penjara khusus perokok. Mari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kita sayangi kesehatan tubuh kita dengan tidak merokok dan ingatkan perokok akan bahayanya!

3. Bahaya Aspartame (Pemanis buatan)

"Hati-hati dengan produk makanan dan minuman yang mengandung Aspartame (pemanis buatan; lihat label kemasan setiap produknya) karena dapat menyebabkan pengerasan otak atau sumsum tulang belakang dan lupus"

Saat ini sedang ada wabah Pengerasan Otak atau Sumsum Tulang Belakang dan Lupus. Kebanyakan orang tidak mengerti mengapa wabah ini terjadi dan mereka tidak mengetahui mengapa penyakit-penyakit ini begitu merajalela. Kami akan beritahu Anda mengapa kita menghadapi masalah yang serius ini. Saat ini banyak orang menggunakan pemanis buatan. Mereka melakukan ini karena iklan di televisi yang memberitakan bahwa gula itu tidak baik buat kesehatan mereka. Hal ini memang benar sekali. Gula itu merupakan racun bagi tubuh kita, akan tetapi, apa yang orang-orang gunakan sebagai pengganti gula, lebih mematikan. Apa yang kami maksudkan di sini adalah *Aspartame*. Ini adalah biang wabah yang disebutkan di atas. Aspartame merupakan bahan kimia yang mengandung racun, yang diproduksi oleh perusahaan kimia bernama Monsanto. Aspartame telah dipasarkan ke seluruh dunia sebagai pengganti gula dan dapat dijumpai pada semua jenis minuman ringan untuk diet, seperti Diet Coke dan Diet Pepsi.

Hal ini juga dapat dijumpai pada produk pemanis buatan seperti gula rendah kalori Tropikanaslim (solusi diabetes), Nutra Sweet, Equal, dan Spoonful; dan ini banyak digunakan di produk-produk pengganti gula. Aspartame dipasarkan sebagai satu produk diet, tapi ini sama sekali bukanlah produk untuk diet. Kenyataannya, ini dapat menyebabkan berat tubuh bertambah karena dapat membuat Anda kecanduan karbohidrat. Membuat berat tubuh Anda bertambah hanyalah sebuah hal kecil yang dapat dilakukan oleh Aspartame. Aspartame adalah bahan kimia beracun yang dapat merubah kimiawi pada otak dan sungguh mematikan bagi orang yang menderita parkinson (penyakit degeneratif/ kemunduran syaraf yang pertama ditemukan pada tahun 1817 (*An Essay on the Shaking Palsy*) oleh Dr. James Parkinson dengan adanya tremor/gemetaran pada saat beristirahat, kesulitan untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memulai pergerakan dan kekakuan otot. Parkinson menyerang sekitar 1 di antara 250 orang yang berusia di atas 40 tahun dan sekitar 1 dari 100 orang yang berusia di atas 65 tahun). Bagi penderita diabetes, hati-hatilah bila mengkonsumsi untuk jangka waktu lama atas produk yang mengandung Aspartame ini, karena dapat menyebabkan koma, bahkan meninggal. Bila ada produk yang mengklaim bahwa produk itu bebas gula, Anda Sudah tahu bahwa hal ini mengandung Aspartame. Jangan mengkonsumsi produk tersebut.

Salah satu minuman suplemen yang mengandung *aspartame* adalah serbuk effervescent extra joss! pada kemasan tertulis: mengandung aspartame 0,06% (adi 40 mg/kg bb). Berdasarkan hasil survei di salah satu supermarket di bandung, selain extra joss, produk-produk minuman lainnya yang juga mengandung *aspartame* yaitu Tropicanaslim, M-150, Hemaviton, Neo Hormoviton, Marimas, Hore, Frutillo, Segar Sari, Pop Ice Es Blender, Segar Dingin, Okky Jelly Drink, Sari Vit C, Naturade Gold, Aqua Splash Of Fruit, Forty Plus.

Penderita diabetes memang paling mudah terpancing dengan makanan yang manis. Maklum, memang makanan manis tidak diperbolehkan dikonsumsi oleh diabetisi. Tidak jarang seorang diabetisi mencoba menggunakan pemanis buatan untuk sekedar memuaskan kehausannya akan rasa manis dengan cara menggunakan pemanis buatan. Hal-hal di atas merupakan himbauan kepada rekan-rekan diabetisi yang secara diam-diam (membohongi diri sendiri) menggunakan pemanis buatan untuk mendapatkan rasa manis pada makanan dan minumannya. Sebaiknya Anda mengetahui secara lebih mendalam tentang apa itu aspartam? Dan mengapa aspartam berbahaya?

Aspartam adalah pemanis buatan yang tersusun dari 2 macam asam amino yaitu asam aspartat dan fenilalanin. Ia ditemukan pada tahun 1965 oleh James Schslatte sebagai hasil percobaan yang gagal. *Asam aspartat* dan *fenilalanin* sendiri merupakan asam amino yang menyusun protein, khusus asam aspartat, ia juga merupakan senyawa penghantar pada sistem saraf (*neurotransmiter*). Aspartam, dikenal juga dengan kode E951, memiliki kadar kemanisan 200 kali daripada gula (sukrosa), dan banyak dijumpai pada produk-produk minuman dan makanan/ permen rendah kalori atau *sugar-free*. Nama dagang aspartam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai pemanis buatan antara lain adalah *Equal*, *Nutrasweet* dan *Canderel*.

Aspartame diproduksi oleh perusahaan kimia bernama Monsanto. masuk pasar Amerika sejak tahun 1981 dan di Inggris pada tahun 1982. Aspartame telah dipasarkan ke seluruh dunia sebagai pengganti gula dan dapat dijumpai pada banyak jenis minuman ringan untuk diet. Senyawa kimia sejenis alkohol yang terdapat dalam Aspartame, di dalam lambung berubah menjadi *formaldehid* (*formalin*) yang kemudian mengalami perubahan menjadi senyawa asam yang bernama asam format, sehingga pada akhirnya menimbulkan peningkatan derajat keasaman dalam darah, atau asidosis metabolik.

Senyawa asam yang terbentuk tersebut serupa dengan racun pada sengat semut api. Ditengarai pula bahwa formaldehid yang terbentuk dapat terakumulasi dalam sel, kemudian bereaksi dengan berbagai enzim dan DNA di mitokondria maupun inti sel, sehingga berpotensi mencetuskan keganasan atau kanker pada pengguna jangka panjang. Penelitian dengan tikus percobaan yang dilaporkan dalam "Majalah Science" bulan Juli 2007, memperlihatkan bahwa dengan menggunakan kadar Aspartame yang lebih rendah dari dosis yang dikonsumsi oleh manusia, sudah dapat menyebabkan timbulnya *kanker kelenjar getah bening (limfoma maligna) dan kanker darah (leukemia), dan bila menggunakan dosis lebih tinggi akan menimbulkan keganasan pada seluruh organ tubuh.*

Sengaja atau tidak, zat berbahaya tersebut masuk ke tubuh lewat makanan maupun minuman yang dikonsumsi setiap hari. Berbagai problem kesehatan seperti tumor otak, keganasan kelenjar getah bening, leukemia, lupus, gangguan nyeri otot, dan kepikunan sebagai akibat perubahan kimiawi di jaringan otak dan berpotensi mematikan pada penderita Parkinson, belakangan ini banyak dikaitkan dengan merebaknya penggunaan Aspartame. Hal tersebut hanya beberapa contoh dari sekian banyak masalah yang dapat terjadi akibat mengonsumsi Aspartame. Penderita diabetes sering kali terpancing untuk menggunakan produk ini, tanpa menyadari bahwa mengonsumsinya dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kematian akibat koma ketoasidosis.

Bila ada produk yang mengklaim bahwa produk itu bebas gula, berhati-hatilah, karena hampir pasti mengandung Aspartame. Analisa 164 penelitian yang telah dipublikasikan, dilakukan oleh Professor Ralph G Walton, dari Northeastern Ohio Universities College of Medicine, di mana dari 74 penelitian yang disponsori

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

oleh industri yang menggunakan Aspartame dilaporkan bahwa tidak ditemukan adanya masalah, sedangkan dari 90 penelitian independen yang tidak dibiaya oleh industri, 83 penelitian (92 persen) didapatkan satu atau lebih masalah gangguan kesehatan akibat pemberian Aspartame.

Belakangan diketahui, bahwa dari tujuh penelitian yang tidak ditemukan masalah, enam penelitian dilakukan di bawah pengawasan FDA (*Food and Drug Administration*), dan mantan anggota komisi di badan tersebut, pada akhirnya bekerja pada industri Aspartame setelah mengeluarkan sertifikat tidak berbahaya. Keenam penelitian tersebut kemudian dikategorikan sebagai disponsori oleh industri. Hal serupa terjadi dengan industri rokok. Seluruh penelitian yang disponsori oleh industri rokok sebelumnya menyebutkan bahwa rokok tidak menimbulkan masalah kesehatan. Ini menunjukkan bahwa kepentingan bisnis begitu kuat sehingga mengalahkan keselamatan masyarakat luas. Tekanan besar yang diberikan oleh para peneliti independen dan organisasi kesehatan melalui pemerintah, barulah pada akhirnya memaksa industri rokok mencantumkan bahaya yang dapat ditimbulkan oleh rokok.

a. Gejala Keracunan Aspartame

Berbagai gejala dapat timbul sebagai akibat keracunan Aspartame, pada umumnya dibagi menjadi tiga tipe. *Pertama*, reaksi keracunan akut yang timbul dalam kurun waktu 48 jam setelah mengonsumsi produk yang mengandung Aspartame. *Kedua*, efek keracunan kronis dapat timbul dalam hitungan hari hingga tahun setelah mengonsumsi Aspartame jangka panjang. *Ketiga*, efek toksik yang tidak atau sulit dikenali oleh pengguna Aspartame. Pada survei epidemiologis, dari 551 orang yang dilaporkan mengalami keracunan Aspartame, gejala yang timbul pada *keracunan akut ialah mual, muntah, nyeri perut, mata kabur, pandangan menyempit, nyeri kedua bola mata, hingga kebutaan, jantung berdebar, dan sesak napas. Pada keracunan kronis, gejala yang sering timbul adalah perubahan pola menstruasi, rambut rontok, rasa haus yang berlebihan, nyeri pada persendian, mudah mengalami infeksi. Sakit kepala, telinga berdenging, pusing, penurunan daya ingat, depresi, mudah tersinggung, kecemasan berlebihan adalah efek toksik yang sering kali tidak disadari,* baik oleh dokter maupun yang bersangkutan, sehingga menjalani

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berbagai macam pemeriksaan maupun penggunaan obat yang tidak perlu.

b. Langkah Pencegahan dan Pengobatannya

Bila ada gejala seperti tersebut di atas, yakinkan terlebih dahulu bahwa tidak ada riwayat mengonsumsi makanan atau minuman yang mengandung Aspartame. Berikut ini **langkah pencegahan sederhana** yang dapat dilakukan. **Pertama**, lindungi diri sendiri. Hentikan mengonsumsi segala jenis makanan maupun minuman yang mengandung Aspartame. Selalu baca setiap label makanan dan minuman yang akan Anda beli atau konsumsi untuk memastikan ada tidaknya kandungan zat tersebut. **Kedua**, ganti Aspartame dengan pemanis yang sehat. Carilah pemanis yang berasal dari bahan alamiah (madu/kurma), bukan pemanis buatan. Jangan terkecoh dengan reklame produk pemanis buatan yang beredar luas di pasaran. **Ketiga**, berbagi informasi dengan teman, kerabat dan siapapun yang Anda kasihi, agar tidak mengonsumsi Aspartame dengan dosis sekecil apapun. **Keempat**, akses informasi tentang Aspartame yang selalu melakukan pembaruan data melalui internet sangat penting untuk diketahui oleh publik. Salah satu portal yang dapat diakses adalah Aspartame and Nutrasweet Toxicity Info Center (indodiabetes.com, 2011).

Himbauan kepada diabetisi yang baru terjangkit maupun yang sudah lama dan yang belum pernah terjangkit sekalipun agar rajin berolahraga meskipun jalan ringan akan tetapi dilakukan rutin tiap pagi hari, anda harus makan lebih banyak sayuran mentah dan buah-buahan serta minum lebih banyak. Berhentilah 100% mengkonsumsi apapun dengan bahan kimia di dalamnya, seperti; Monosodium Glutamate (MSG), Asparteme (pemanis buatan sebagi pengganti gula), semua soda atau minuman ringan yang tidak murni atau dicampuri dengan racun (fluorida, klorin kimia-kimia lain), mi instan, makanan yang penuh bahan pengawet (formalin), daging (khususnya impor) yang memiliki genetik, yang disuntik dengan vitamin dan vaksin, dan minumlah 3x3 kapsul jintan hitam (*Habbat Sauda/Nigella Sativa*) setiap hari sampai tingkat gula darah kembali normal, *InsyaAllah* (Jerry D. Gray, 2010).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II
Dua
Paradigma Penyebab Datangnya Penyakit

Allah swt telah menegaskan bahwa Dia telah menciptakan manusia ke dunia ini dalam kondisi fisik dan psikis terbaik. Dari segi fisik misalnya; hanya manusia yang berdiri tegak sehingga otaknya bebas berfikir, yang menghasilkan ilmu dan tangannya juga bebas bergerak untuk merealisasikan ilmunya itu, sehingga melahirkan teknologi yang super canggih. Bentuk manusia ini adalah yang paling indah dari semua makhluk-Nya, ia juga dibekali oleh Allah swt dengan sebuah sistem imunitas/kekebalan tubuh yang dapat melindunginya dari beberapa serangan virus ataupun penyakit. Dengan sistem imun ini, ia bisa melaksanakan tugasnya sebagai *khalifah* (pemimpin) di atas bumi ini. Dari segi psikis, hanya manusia yang memiliki pikiran dan perasaan yang sempurna. Dan lebih lagi, hanya manusia yang beragama. Firman-Nya dalam surat At-Tiin ayat 4:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya

Penegasan Allah bahwa Dia telah menciptakan manusia dengan kondisi fisik dan psikis terbaik itu mengandung arti bahwa Kondisi fisik dan psikis tersebut perlu dipelihara dan ditumbuhkembangkan dengan sebaik mungkin. Fisik manusia dipelihara dan ditumbuhkembangkan dengan memberinya gizi yang cukup dan menjaga kesehatannya. Sedangkan psikis manusia dipelihara dan ditumbuhkembangkan dengan memberinya agama dan pendidikan yang baik. Dengan demikian manusia akan dapat memberikan kemanfaatan yang besar kepada alam ini dan ia akan menjadi makhluk termulia.

Manusia yang paling sempurna kejadiannya itu bisa berubah menjadi manusia yang rusak dan menjadi beban bagi masyarakat bila jasmaninya tidak dibina dan kesehatannya tidak dipelihara serta rohaninya tidak diberi agama dan pendidikan yang baik. Dengan demikian ia akan menjadi makhluk terhina, karena tolak ukur kemuliaan adalah iman dan bukti iman itu dengan perbuatan baik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Karena ulah tangan jahil manusia (keangkuhan dan kesombonganya) itu sendiri terhadap karunia Allah swt yang telah diberikan kepadanya tanpa disyukuri, malahan membuat kerusakan dan saling menghancurkan satu sama lainnya sehingga berdampak pada kesehatan jasmani dan rohani serta kesehatan moralnya. Dengan demikianlah, timbul beberapa konspirasi dari bangsa lain untuk menghancurkan dan memusnahkan bangsa lainnya, ditambah lagi konspirasi dengan makhluk ghaib sebagai sekutu-sekutunya (praktek perdukunan) demi melanggengkan cita-cita mereka. Ada juga yang disebabkan oleh beberapa virus yang terjangkit kepada manusia. Sebenarnya virus itupun makhluk Allah swt yang dapat tunduk kepada-Nya apabila dibacakan *kalam Ilahi* (ayat-ayat Al-Quran) dan dapat sembuh seizin-Nya. Justru manusia karena keangkuhan dengan ilmu yang telah ia miliki, ia mengaku dapat menciptakan virus dan antibiotiknya sehingga bisa mengendalikan populasi bangsa-bangsa lain dengan memberikan informasi-informasi yang menakutkan publik dan agar mematuhi apa kata mereka.

Setiap orang pasti menginginkan kondisi tubuhnya sehat demi menjalankan kelangsungan aktivitas hidupnya. Sehat dalam kamus bahasa arab berasal dari kata *shohha yashihhu: dzahaba marodluhu, shihhatun:'adamu i'tilali (marodl) al-jismi wa salamatuhu.* Jadi definisi Sehat (kesehatan) adalah "Keadaan yang sempurna (baik) yang meliputi kesehatan fisik (badan), mental (rohani) dan sosial (moral) dan bukan semata-mata keadaan bebas dari penyakit, cacat, kelemahan". Dengan demikian jelaslah bahwa sehat atau kesehatan itu mencakup 3 (tiga) hal saling terkait satu sama lainnya sebagai berikut: Kesehatan Badan/Fisik (Jasmani), Kesehatan Mental (Rohani), Kesehatan Sosial (Moral/Akhlaqul Karimah) *al-'aqlu as-saliim fi al-jismi as-saliim*.

Salah satu ciri khas bagi orang yang berakal yaitu apabila memperhatikan sesuatu, selalu memperoleh manfaat dan faedah. Ia selalu menggambarkan kebesaran Allah swt, mengingat dan mengenang kebijaksanaan, keutamaan dan banyaknya nikmat Allah swt kepadanya. Ia selalu mengingat Allah di setiap waktu dan keadaan, baik di waktu ia berdiri, duduk atau berbaring. Tidak ada satu waktu dan keadaannya dibiarkan berlalu begitu saja. Kecuali diisi dan digunakannya untuk memikirkan tentang penciptaan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

langit dan bumi. Memikirkan keajaiban-keajaiban yang terdapat di dalamnya, yang menggambarkan kesempurnaan alam dan kekuasaan Allah.

Dengan berulang–ulang direnungkan hal–hal tersebut secara mendalam, sesuai dengan sabda Nabi saw: *"Pikirkan dan renungkanlah segala sesuatu yang mengenai makhluk Allah, jangan sekali–kali kamu memikirkan dan merenungkan tentang zat dan hakikat Penciptanya, karena bagaimanapun juga kamu tidak akan sampai dan tidak mencapai hakikat Zat-Nya"*.

Akhirnya setiap orang yang berakal akan mengambil kesimpulan dan berkata: "Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan makhluk ini semua, yaitu langit dan bumi serta segala isinya dengan sia-sia, tidak mempunyai hikmah yang mendalam dan tujuan tertentu yang akan membahagiakan kami di dunia dan akhirat, sementara itu, ada beberapa orang yang ingin melihat dan menyaksikan aqidah dan tauhid kaum muslimin runtuh dan hancur. Maha Suci Engkau Ya Allah dari segala sangkaan yang bukan-bukan yang ditujukan kepada Engkau, maka peliharalah kami dari siksa api neraka yang telah disediakan bagi orang-orang yang tidak beriman". Allah swt berfirman dalam surat Ali Imron ayat 190-191:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ (١٩٠) الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَٰذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ (١٩١)

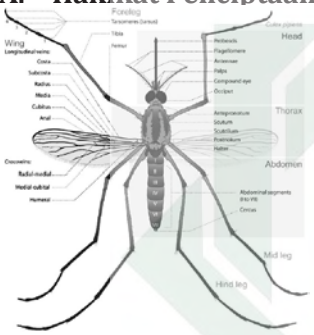
"Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda–tanda bagi orang–orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka".

Dari pemaparan ayat di atas, kami mengajak para pembaca yang budiman untuk selalu berfikir dan merenungkan tentang hakikat penciptaan beberapa hewan berikut ini, diantaranya adalah hakikat penciptaan nyamuk dan lalat yang mana kerap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kali mereka selalu dianggap menjadi biang keladi penyebar wabah penyakit (Demam Berdarah, cikungunyah, diare, gangguan pencernaan, dan lain sebagainya) yang menyerang pada tubuh manusia, benarkah demikian! Adakah manfaat penciptaannya bagi keberlangsungan hidup manusia di atas bumi ini? Yang terakhir adalah hakikat penciptaan babi yang sudah jelas dalam *nash* Al-Quran ia diharamkan untuk dikonsumsi, tapi mengapa Allah swt menciptakannya? Adakah manfaat penciptaan babi bagi kehidupan manusia di muka bumi ini? Marilah kita renungkan dan pikirkan tentang penciptaan makhluk-makhluk Allah swt tersebut.

A. Hakikat Penciptaan Nyamuk



Dalam kitab suci Al-Quran, Allah swt seringkali menyeru manusia untuk mempelajari alam dan menyaksikan "ayat–ayat" yang ada padanya. Semua makhluk hidup dan tak hidup di alam jagat raya ini dipenuhi "ayat" yang menunjukkan bahwa alam semesta seisinya telah diciptakan. Di samping itu alam ini adalah pencerminan dari ke-Mahakuasaan, Ilmu dan Kreasi Pencipta-Nya. Adalah wajib bagi manusia untuk memahami ayat-ayat ini melalui hidayah islam dan akalnya, sehingga ia pun pada akhirnya menjadi hamba yang tunduk patuh di hadapan Allah swt. Kendatipun semua makhluk hidup adalah ayat Allah swt, uniknya ada sejumlah binatang yang secara khusus disebut dalam Al-Qur'an. Satu diantaranya adalah nyamuk, mungkin banyak di antara kita yang menganggap nyamuk sebagai serangga yang biasa saja, atau bahkan menjengkelkan karena suka mengganggu orang tidur.

Tahukah anda, bahwa aku sering dibasmi oleh manusia tatkala aku hinggap ditubuh mereka!

Tahukah anda, bahwa aku diciptakan di dunia ini untuk membuat manusia bekerja dan mengurangi pengangguran di muka bumi ini!

Tahukah anda, bahwa dengan adanya aku di dunia ini berdirilah pabrik-pabrik obat/racun untuk membasmiku!

Tahukah anda, bahwa ketika musim penghujan di negeri ini tiba, media cetak maupun elektronik berlomba-lomba untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mempublikasikan aku untuk segera dibasmi dengan berbagai macam cara!

Tatkala media masa mengabarkan bahwa pada tahun ini yang terkena wabah Demam Berdarah telah mencapai angka kritis maka akulah sebagai kambing hitamnya!

Memang, aku adalah makhluk ciptaan Allah swt yang paling kecil dibanding ukuran tubuh manusia yang sebagai khalifah fi-l-ardh. Ironisnya, mengapa mereka begitu benci dan takut kepadaku.....!.

Pernyataan di atas semestinya mendorong kita sebagai seorang mukmin yang sejati untuk memikirkan keajaiban binatang yang satu ini tanpa harus mengklaim langsung bahkan membenarkan pernyataan-pernyataan tersebut. Adalah *deep thinking* bagi kita untuk memahami fenomena yang terjadi sesuai dengan ayat berikut: *"Sesungguhnya Allah tiada segan membuat perumpamaan berupa nyamuk atau yang lebih rendah dari itu"*, lantas apa bedanya orang yang beriman dan orang yang kafir?. Mari kita renungkan kembali apa yang dimaksud dengan surat Al-Baqarah ayat 26 ini:

۞ إِنَّ ٱللَّهَ لَا يَسۡتَحۡيِۦٓ أَن يَضۡرِبَ مَثَلٗا مَّا بَعُوضَةٗ فَمَا فَوۡقَهَاۚ فَأَمَّا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ فَيَعۡلَمُونَ أَنَّهُ ٱلۡحَقُّ مِن رَّبِّهِمۡۖ وَأَمَّا ٱلَّذِينَ كَفَرُواْ فَيَقُولُونَ مَاذَآ أَرَادَ ٱللَّهُ بِهَٰذَا مَثَلٗاۘ يُضِلُّ بِهِۦ كَثِيرٗا وَيَهۡدِي بِهِۦ كَثِيرٗاۚ وَمَا يُضِلُّ بِهِۦٓ إِلَّا ٱلۡفَٰسِقِينَ ٢٦

"Sesungguhnya Allah tiada segan membuat perumpamaan berupa nyamuk atau yang lebih rendah dari itu. adapun orang-orang yang beriman, Maka mereka yakin bahwa perumpamaan itu benar dari Tuhan mereka, tetapi mereka yang kafir mengatakan : "Apakah maksud Allah menjadikan Ini untuk perumpamaan?" dengan perumpamaan itu banyak orang yang disesatkan Allah, dan dengan perumpamaan itu (pula) banyak orang yang diberi-Nya petunjuk. dan tidak ada yang disesatkan Allah kecuali orang-orang yang fasik.

Sejenak, Mari kita renungkan pernyataan berikut!

- ✓ Siapakah yang tidak pernah digigit nyamuk sejak ia lahir hingga tumbuh menjadi dewasa?
- ✓ Meskipun media massa/elektronik mempublikasikan himbauan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk mencanangkan program 3M (menguras, menutup, mengubur barang-barang/tempat yang dapat menampung air demi membasmi perkembangbiakan jentik-jentik nyamuk), bahkan pengasapan pun dilakukan pada sejumlah komplek perumahan, pabrik-pabrik, tidak menjamin seseorang akan terbebas dari wabah penyakit demam berdarah, kalau belum memahami hakikat penciptaan nyamuk sesungguhnya bahkan seseorang semakin ketakutan dengannya, mengapa demikian? padahal ia hidup paling dekat di sekitar kita.

- ✓Apakah nyamuk bermanfaat pada siklus kehidupan manusia sebagai *khalifah fil ardh* (pemimpin di atas muka bumi ini)?

Kami yakin setiap pembaca buku ini pastilah pernah merasakan gigitan nyamuk, sudah berapakah nyamuk yang pernah menghisap darah anda!, mungkin ratusan bahkan ribuan semasa pertumbuhan menjadi dewasa hingga sebelum ajal tiba!. Mungkin ketika anda baru saja beranjak dewasa mengetahui dan memahami bahwa ada beberapa nyamuk yang menyebabkan demam berdarah ketika ada iklan di televisi atau mendengarkan himbauan dari orang lain. Sehingga merasa takut dengan kehadirannya di istana/rumah tercinta dengan berbagai macam cara ditempuh (pengasapan pakai fogging, obat nyamuk berupa semprotan, obat oles, obat jentik nyamuk, dan lain sebagainya) untuk membasmi nyamuk beserta jentik-jentiknya.

Orang akan semakin takut tatkala ada berita bahwa wabah demam berdarah merupakan penyakit pembunuh manusia nomor sekian di dunia. Lantas, apakah keliru dan sia-sia Allah swt menciptakannya di dunia ini? Maka pemahaman yang sangat salah lagi membodohkan kalau anggapan hewan yang kecil "nyamuk" ini sebagai biang keladi pembunuh manusia nomor sekian di dunia. Allah swt berfirman dalam surat Ali Imron ayat 191: *"Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka".*

Dari fenomena yang berkembang di masyarakat ini, mungkin sudah ada *brainwash* dari oknum-oknum tertentu yang tertuju kepada umat islam sedunia untuk membenci makhluk ciptaan Allah swt tersebut bahkan pendangkalan aqidah dan menjauhi isi kandungan Al-Quran dan al-Hadits, *na'uudzubillahi min dzaalik*. Adalah *deep thinking* bagi Orang yang beriman dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang yang berakal yang seharusnya mengatakan bahwa *"Segala bentuk penyakit datang akibat ulah manusia sendiri (sugestinya), jika ia berburuk sangka terhadap makhluk ciptaan Allah swt atau atas beberapa kejadian yang menimpanya, maka ditimpakanlah kepadanya penyakit/kesusahan/keburukan, padahal semuanya itu sudah dikehendaki oleh-Nya, jikalau ia berbaik sangka kepada-Nya maka limpahan rahmat dan hidayah-Nya akan dianugerahkan kepadanya serta kesembuhan yang datangnya berasal dari Allah swt semata, oleh karena itu mintalah kesembuhan hanya kepada-Nya saja".* Dialah Sang Maha Penyembuh bukan yang lain-lainnya, apapun profesi seseorang di bidang keahliannya (dokter, thabib, juru bekam, tukang pijat akupresure/refleksi, peruqyah, dll), mereka hanyalah *wasilah* (perantara) datangnya kesembuhan pasien dari penyakitnya karena usaha dan doanya terkabul atas izin Allah swt.

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

"Dan apabila aku (Ibrahim) sakit. DIAlah yang menyembuhkan aku" (QS Asy-Syu'ara 80).

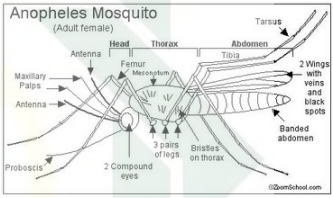
Allah swt berfirman dalam sebuah hadits Qudsi:

يَقُولُ الله تَعَالَى : أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَإٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلَإٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ شِبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً.

"Aku terserah persangkaan hamba-Ku kepada-Ku. Aku bersamanya (memberi rahmat dan membelanya) bila dia menyebut-Ku. Bila dia menyebut nama-Ku dalam hatinya, Aku menyebutnya dihati-Ku. Bila dia menyebut-Ku dalam perkumpulan orang banyak, Aku menyebutnya dalam perkumpulan yang lebih baik daripada mereka. Bila dia mendekat kepada-Ku sejengkal (dengan melakukan amal shalih atau berkata baik), maka Aku mendekat kepadanya sehasta. Bila dia mendekat kepada-Ku sehasta, maka Aku mendekat kepadanya sedepa. Bila dia datang kepada-Ku dengan berjalan (biasa), maka Aku mendatanginya dengan berjalan cepat." (H.R. Bukhari Muslim)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan orang kafir mengatakan bahwa "Segala bentuk penyakit berasal dari beberapa kasus (sugesti dari penyakit menular, seperti: cacar, sakit mata, TBC; wabah nyamuk; wabah lalat; psikis labil, dll), kemudian dia berobat minta kesembuhan ke beberapa dokter yang paling spesial bahkan bertaraf internasional pun akan diusahakan demi kesehatannya sampai tidak terasa harta bendanya habis bahkan mereka rela didiagnosis bahwa umurnya tidak lama lagi dan akan meninggal pada minggu/bulan tertentu karena kondisi penyakitnya yang sangat parah. Singkat kata mereka hanya memakai logika saja, kalau sakit ini maka obatnya demikian tanpa mengenal siapa yang sesungguhnya membuat penyakit tersebut dan ditambah lagi selalu berburuk sangka terhadap penyebab wabah penyakit itu sehinga mengklaim bahwa wabah tersebut menular".



Survei membuktikan bahwa nyamuk adalah seekor makhluk ciptaan Allah swt yang sangat lemah akan tetapi menakjubkan. Ketika membuat perumpamaan seekor nyamuk, Allah swt hendak menjelaskan kepada manusia bahwa makhluk yang kecil ukurannya ini, agung dalam penciptaannya yang mengagungkan Penciptanya. Berikut ini adalah sebagian fakta tentang nyamuk:

1. Dia adalah seekor nyamuk betina penghisap darah (karena mengandung protein) untuk mempertahankan kelangsungan hidup spesiesnya
2. Memiliki seratus mata di kepalanya
3. Memiliki 48 gigi di mulutnya
4. Mempunyai 3 jantung diperutnya lengkap dengan bagian-bagiannya
5. Memiliki 6 pisau pengiris di belalainya yang bekerja seperti gergaji
6. Memiliki 3 sayap pada setiap sisinya
7. Dia dilengkapi dengan alat pendeteksi perubahan suhu, udara, kelembaban dan juga bau yang bekerja seperti infra merah yang berfungsi memantulkan warna kulit manusia pada kegelapan menjadi warna ungu hingga terlihat olehnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8. Dilengkapi dengan alat pembius yang membantu dari bahaya jarumnya, agar manusia tidak merasakannya (bagian tubuh akan mati rasa). Adapun rasa sakit yang kita rasakan seperti tusukan jarum dan rasa gatal merupakan sel darah putih yang siap keluar ke permukaan kulit untuk menutupi luka akibat sayatan/tusukan jarum dari nyamuk agar permukaan kulit pulih kembali seperti semula
9. Dilengkapi dengan alat penyeleksi darah, hingga dia tidak menyedot sembarang darah (yang disedot hanyalah darah kotor yang sudah usang berada di bawah permukaan kulit)
10. Dilengkapi alat untuk mengalirkan darah hingga darah bisa mengalir lewat belalainya yang sangat lembut dan kecil
11. Dan yang lebih mengherankan lagi dari semua ini adalah bahwa ilmu pengetahuan modern telah mengungkap fakta bahwa di atas punggung nyamuk hidup serangga yang sangat kecil, yang tidak nampak kecuali dengan alat pembesar (mikroskop). Ini adalah salah satu bukti kebenaran dari firman Allah swt, "*Sesungguhnya Allah tiada segan membuat perumpamaan berupa nyamuk atau yang lebih rendah dari itu...*"(abughifari. wordpress.com, 2007).

Anggapan banyak orang bahwa nyamuk adalah *penghisap dan pemakan darah* tidaklah sepenuhnya benar. Hanya nyamuk betina yang menghisap darah dan bukan yang jantan. Di samping itu, nyamuk betina menghisap darah bukan untuk kebutuhan makan mereka. Sebab baik nyamuk jantan maupun betina, keduanya hidup dengan memakan "*nectar*", yakni cairan manis yang disekresikan oleh bunga tanaman (sari madu bunga). Satu-satunya alasan mengapa nyamuk betina, dan bukan jantan, menghisap darah adalah karena darah mengandung protein yang dibutuhkan untuk perkembangan dan pertumbuhan telur nyamuk. Dengan kata lain, *nyamuk betina menghisap darah untuk mempertahankan kelangsungan hidup spesiesnya*.

Allah swt menciptakan nyamuk adalah untuk membantu kelangsungan hidup manusia di bumi ini. Mengapa demikian, karena nyamuk dilengkapi dengan alat penyeleksi darah, hingga dia tidak menyedot sembarang darah (yang disedot hanyalah darah kotor yang sudah usang berada di bawah permukaan kulit). Karena dari darah kotor tersebut dapat menyebabkan manusia ini terserang penyakit, seperti: demam berdarah,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kanker, tumor, diabetes, batuk, demam, asam urat, pusing, sakit lambung, types, TBC, dll. Ironisnya, malah manusia takut dan membenci nyamuk, dan ingin membasminya hingga tuntas karena menyebabkan manusia meninggal dunia, lantas ada 3 cara untuk memusnahkannya beserta jentik-jentiknya (menguras, menutup rapat, dan mengubur). Demikianlah iklan di televisi yang sering kita jumpai.

Setelah diadakan diagnosis tentang penyakit demam berdarah DBD ini, dokter menyimpulkan bahwa penyakit ini disebabkan oleh kurangnya *trombosit* (keping darah) dalam tubuh manusia. Trombosit merupakan komponen tubuh kita yang mengalir bersama dengan sel darah merah dan putih. Trombosit memiliki fungsi utama membekukan darah sehingga tidak banyak darah yang terbuang percuma saat terjadi pendarahan. Trombosit dibentuk dalam sumsum tulang dan mempunyai umur lebih kurang 10 hari. Trombosit mudah pecah dan akan mengeluarkan enzim trombosit atau tromboplastin. Enzim ini berperan dalam proses pembekuan darah. Selain itu ternyata trombosit juga memiliki fungsi lain. *Newscientist* mengabarkan bahwa Dirk Busch dari University of Munich Jerman, mengungkapkan bahwa trombosit juga berfungsi untuk mendorong respon (imunitas) daya tahan tubuh. Dengan kata lain, trombosit juga berfungsi untuk memperkuat daya tahan tubuh. Pada saat terjadi luka, maka trombosit berkumpul pada luka dan membeku sehingga tertutup lukanya. Kemudian, trombosit tersebut mengarahkan bakteri ke limpa. Selanjutnya, bakteri tersebut 'dikepung' oleh sel-sel dendritik yang berfungsi sebagai sel daya tahan tubuh. Maka respon daya tahan tubuh itulah yang menghabisi bakteri.

Mengapa produksi trombosit yang berperan sebagai imunitas tubuh dapat berkurang? Dikarenakan toksin/racun yang mengendap dalam tubuh manusia yang tidak bisa keluar sehingga darah menjadi kotor yang menyebabkan seseorang sakit. Darah kotor adalah darah yang mengandung racun atau darah statis yang menyumbat peredaran darah, mengakibatkan sistem peredaran darah dalam tubuh tidak berjalan sebagaimana adanya, sehingga menyebabkan terganggunya kesehatan seseorang, baik secara fisik maupun mental. Bagaimana darah bisa kotor? Masuknya racun

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang mengotori darah bisa melalui dari:

1. makanan seperti: *pestisida, insektisida, fungisida*, zat pewarna, penyedap makanan, hormon dan logam berat;
2. minuman seperti: zat pewarna, pemanis buatan (*aspartame), zat aroma-essence*, logam berat, bahan kimia dan lain-lain;
3. pernafasan yang disebabkan oleh asap kendaraan, asap pabrik, asap rokok dan sebagainya;
4. obat-obatan yang berupa *antibiotik, analgesik, anti pyrertic* dan lain sebagainya.

Dari empat pintu masuk tersebut, trombosit (sel darah merah) dalam tubuh berkurang dan berubah menjadi kotor lalu menumpuk di bawah permukaan kulit. Jika darah kotor tersebut tidak dikeluarkan dengan segera, maka tubuh akan cepat melemah dan akan sangat mudah terserang penyakit. Untuk menyembuhkan penyakitnya, tidak ada cara yang paling efektif selain dengan "gigitan nyamuk yang alami". Pasti anda akan tercengang dengan pernyataan tersebut..!. Tahukah anda, bahwa bagaimanakah keadaan motor jikalau oli pelumas mesinnya kotor? Asap motor menjadi hitam, suara mesinnya berubah nyaman dikendarai. Lantas dengan kondisi seperti ini apa yang harus dilakukan? Motor diperiksakan kondisinya ke bengkel untuk diganti olinya dan diservis ulang. Demikian tubuh manusia apabila darah kotor banyak yang menyumbat dalam peredaran darah di dalam tubuh, maka harus dikeluarkan dan jangan heran anda akan banyak didatangi nyamuk.

Untuk menyembuhkan penyakitnya, tidak ada cara yang paling efektif selain bekam seperti yang pernah dilakukan Rasulullah saw: *"Sesungguhnya metode pengobatan kalian yang terbaik adalah bekam" (HR Imam Bukhari).* Mengapa "BEKAM" yang disabdakan oleh Rasulullah sebagai pengobatan terbaik disamping yang lainnya? Karena berbekam pada intinya ialah membuang toksin (sel darah merah yang usang) dari tubuh, sedangkan darah itu sendiri merupakan zat berbahaya sebagaimana tersebut di atas, yang harus dibuang agar terjadi produksi sel-sel darah yang baru. Produksi sel darah yang baru bisa didapat dari mengkonsumsi makanan, minuman alami bukan yang siap saji dan obat-obatan herbal (madu, jintan hitam, kurma, dll).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bagi anda yang pernah berbekam, pasti akan merasakan daerah pembekaman tersebut terasa gatal setelah kurang lebih 24 – 48 jam bahkan ada yang terasa langsung pasca dibekam, terkadang rasa gatalnya berpindah-pindah, itu merupakan sel darah putih yang siap keluar ke permukaan kulit untuk menutupi luka tusukan jarum/sayatan silet bekam agar permukaan kulit pulih kembali seperti semula. Kalau dengan gigitan nyamuk, seketika itu juga permukaan kulit berubah bentuk dan warna (bentol dan memar kemerahan dibarengi rasa gatal), demikian pula pasca berbekam.

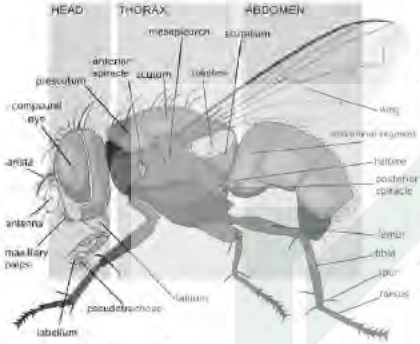
Demikianlah seekor nyamuk, sesungguhnya ia diciptakan untuk menolong manusia agar terjaga dari penyakit yaitu penyedot darah kotor mereka. Ironisnya, manusia ini sudah terdoktrin (tercuci otaknya) dengan kejadian-kejadian yang intinya bukan berlandaskan dari Al-Quran dan As-Sunnah yang merupakan pedoman hidup umat muslim. Anehnya, begitu cepat orang-orang muslim mempercayai doktrin-doktrin tersebut sehingga mengesampingkan ayat-ayat *Al-Quran. Maka berhati-hatilah dengan firman Allah swt berikut: "Orang-orang Yahudi dan Nasrani tidak akan senang kepada kamu hingga kamu mengikuti agama mereka. Katakanlah: "Sesungguhnya petunjuk Allah Itulah petunjuk (yang benar)". dan Sesungguhnya jika kamu mengikuti kemauan mereka setelah pengetahuan datang kepadamu, Maka Allah tidak lagi menjadi pelindung dan penolong bagimu".*(Q.S. Al- Baqarah: 120).

Logikanya, kalaulah prediksi medis bahwa penderita penyakit demam berdarah semakin tahun semakin bertambah ketika musim penghujan. Sedangkan jentik-jentik nyamuk hanyut ditelan derasnya air hujan yang mengalir ke sungai-sungai bahkan banyak terjadi bencana banjir di beberapa daerah. Akankah anda menyalahkan nyamuk sebagai biang keladi dari wabah demam berdarah!. Masihkah benci dan takut dengan nyamuk yang tubuhnya jauh lebih kecil daripada manusia!. Bisa dibayangkan jikalau ukuran tubuh nyamuk itu sebesar burung merpati, apa jadinya tubuh manusia!. Seolah ia diciptakan sebagai petunjuk bagi manusia untuk segera berbekam jikalau banyak nyamuk yang menggigit tubuhnya. Bagaimanakah dengan kayakinan anda bahwa iman terhadap kitab suci Al-Quran Al-Karim merupakan rukun iman yang ke-3. Inilah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Islam, agama yang benar, yang telah datang dengan semua ini. Oleh karena itu, Marilah kita merasakan keagungan Allah swt, sungguh merugi siapa yang menolak agama ini. *Innal hayaata 'aqiidatun wa jihaadun. Wallahu khoirul musta'an (Faishal Ishaq, 2009).*

B. Hakikat Penciptaan Lalat



Anda pasti sering menjumpai fenomena kerumunan lalat tatkala memasuki pasar. Dimana-mana ada lalat, di jalanan, hinggap dan mengerumuni makanan & minuman (diantaranya ada yang tidak dikerumuni lalat sama sekali meskipun kondisinya terbuka tanpa penutup makanan), sampah, bangkai, dll. Adakah terbersit dalam benak anda, mengapa Allah swt menciptakan lalat yang banyak diangga̲p sebagian orang ia adalah penyebar wabah penyakit dan merugikan manusia? *Allah Subhanahu wa Ta'ala* berfirman dalam Surat Al-Hajj ayat 73:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ضُرِبَ مَثَلٌ فَٱسْتَمِعُوا۟ لَهُۥٓ ۚ إِنَّ ٱلَّذِينَ تَدْعُونَ مِن دُونِ ٱللَّهِ لَن
يَخْلُقُوا۟ ذُبَابًا وَلَوِ ٱجْتَمَعُوا۟ لَهُۥ ۖ وَإِن يَسْلُبْهُمُ ٱلذُّبَابُ شَيْـًٔا لَّا يَسْتَنقِذُوهُ مِنْهُ ۚ ضَعُفَ ٱلطَّالِبُ
وَٱلْمَطْلُوبُ ﴿٧٣﴾

"Hai manusia, telah dibuat perumpamaan, Maka dengarkanlah olehmu perumpamaan itu. Sesungguhnya segala yang kamu seru selain Allah sekali-kali tidak dapat menciptakan seekor lalatpun, walaupun mereka bersatu menciptakannya. dan jika lalat itu merampas sesuatu dari mereka, Tiadalah mereka dapat merebutnya kembali dari lalat itu. Amat lemahlah yang menyembah dan Amat lemah (pulalah) yang disembah."

Dalam ayat ini, Allah menyuguhkan suatu perumpamaan bagi manusia. Allah tujukan kepada orang-orang yang mempersekutukan Allah dengan menyembah patung yang terbuat dari benda mati dan dibuat oleh mereka sendiri, agar mereka memperhatikan perumpamaan yang dibuat Allah bagi mereka,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemudian merenungkan dan memikirkannya dengan sebaik baiknya. Apakah yang telah mereka lakukan itu sesuai dengan akal pikiran yang benar, hendaklah direnungkan kembali ayat-ayat Allah yang dibacakan itu, agar mereka dapat petunjuk.

Perumpamaan itu ialah segala berhala yang mereka sembah itu, dengan tujuan mendekatkan diri kepada Allah dan mereka memohonkan sesuatu kepadanya, meski patung-patung itu tidak dapat menciptakan sesuatu (bahkan tidak akan mampu menciptakan seekor lalat yang kecil nan lemah, meski mereka bersatu). Begitu pula sekiranya patung itu mempunyai suatu barang, kemudian barang itu disambar oleh seekor lalat kecil, lemah dan tidak ada kekuatannya, niscaya patung-patung yang mereka sembah itu tidak akan sanggup merebut barang itu kembali dari lalat yang kecil itu.

Perumpamaan yang dikemukakan Allah dalam ayat ini, seakan-akan memperingatkan orang-orang yang menyembah patung atau benda mati itu, bahwa Tuhan yang berhak disembah ialah Tuhan Yang Maha Perkasa, Maha Pencipta, tidak ada sesuatu kekuatan pun yang dapat mengatasi kekuatan-Nya. Jika orangorang kafir menyembah patung, berarti mereka menyembah benda mati yang tidak tahu suatu apapun, bahkan ia tidak dapat mempertahankan apa yang dimilikinya, seandainya seekor lalat kecil yang tidak berdaya merampas kepunyaannya itu daripadanya. Apakah patung yang demikian itu layak disembah? Tindakan orang-orang musyrik itu menunjukkan kebodohannya. Alangkah kelirunya orang-orang yang menyembah patung itu, demikian pula patung yang disembah itu.

Ilmu modern telah membuktikan mukjizat ilmiah dalam ayat ini. Lalat menjulurkan mulutnya dari bawah kepala hingga permukaan benda apapun yang ada di depannya. Ia membentuk suatu tabung untuk menyedot makanan. Jika anda memperhatikan seksama, maka anda akan melihat bahwa ujung tabung yang menyentuh permukaan makanan sangat luas, seolah-olah seperti *vacuum cleaner*.

Lalat mulai mengeluarkan kotoran-kotoran yang membuatnya mampu menguraikan, menyedot, dan menyendok materi-materi karbohidrat serta materi-materi lain yang ada di makanan tersebut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Materi-materi ini mulai terurai menjadi materi-materi yang strukturnya sangat sederhana untuk membantu lalat dalam penyedotan pada tabungnya. Oleh karena itu, proses ini melalui pencernaan luar dengan mengeluarkan alat-alat pencernaan bahan-bahan yang ingin dimakan. Bahan-bahan makanan yang telah dicerna di luar tubuh ini dimasukkan di dalam tabung pencernaan hingga disedot dan dimasukkan bersama peredaran darah ke selselnya. Sebagian bahan makanan ada yang berubah menjadi tenaga lalat untuk terbang. Sedangkan yang lain berubah menjadi sel-sel dan benang-benang serta unsur-unsur pembentuk organ tubuh. Dan yang terakhir menjadi kotoran-kotoran yang akan dibuang oleh tubuh lalat.

Demikianlah Allah swt menciptakan seekor lalat. Masih ada sebagian orang berparadigma bahwa makanan yang dikerumuni lalat adalah berpenyakit. Maka seyogyanya sebagai seorang mukmin harus berfikir lebih mendalam lagi. Mengapa Allah swt menciptakannya yang dapat menyebabkan manusia terjangkit penyakit?. Merasa penasaran dengan makhluk ini, Para Ilmuwan mengadakan penelitian tentang hakikat penciptaan lalat tersebut. Diambillah oleh mereka beberapa ekor lalat yang kemudian diletakkan ke dalam rumah kaca yang sudah diisi dengan berbagai macam benda yang disukai oleh lalat:

- percobaan I : ada sop makanan, buah-buahan, daging, ikan, minuman; tanpa ada zat kimiawi pun yang dicampurkan, juga ada sampah, kotoran. Setelah lalat tersebut hinggap di beberapa barang tersebut. Maka diambillah ia untuk dibelah tubuhnya untuk membuktikan bahwa barang itu ada di dalam perut lalat tersebut. Anehnya mereka tidak mendapatkan sama sekali sesuatu yang telah lalat makan sebelumnya, bahkan hilang tanpa ada jejak. Sebab makanan yang masuk ke dalam perut lalat bukan makanan yang ia ambil. Ia perlu mengumpulkan kembali unsur-unsur yang tersusun dan telah terpisah-pisah. Oleh karena itu, kita tidak mampu mengambilnya kembali, karena makanan telah mengalami perubahan sebelum masuk ke penyedot lalat. Jika para ilmuwan ingin mengambil makanan dari mulut lalat, meski sejak masuknya ke dalam penyedot mulutnya, hal itu tidak akan berguna sama sekali. Karena, makanan tersebut telah berubah menjadi susunan-susunan zat yang jauh berbeda dari yang sebelum

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

disedot. Sebab itu Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman dalam Surat Al-Hajj ayat 73, *"Mereka tidak akan dapat merebutnya kembali."*

- percobaan II: ada sop makanan, buah-buahan, daging, ikan, minuman; kemudian diberikan campuran dari zat kimia (formalin, borax, aspartame, dan lain sebagainya), juga ada sampah, kotoran. Ternyata lalat enggan hinggap pada jenis makanan dan minuman tersebut. Jikalau lalat saja tidak mau, apalagi manusia yang menganggap sepele hinggapan lalat pada makanan ataupun minuman tersebut. Dari peristiwa ini, seolah lalat memberikan petunjuk kepada manusia bahwa makanan dan minuman yang berracun seperti itu ia tidak mau dan enggan menghinggapinya. Bahkan menjadi sebuah peringatan bagi manusia agar jangan sekali-kali makan atau minum yang ada campuran zat-zat kimia seperti; formalin atau sejenisnya yang dapat merusak kesehatan tubuh bahkan mematikan.

Subhanallah Inilah mukjizat kekuasaan Allah swt dalam menciptakan seekor lalat yang kecil nan lemah yang dapat membantu manusia dalam penyeleksian bahan-bahan untuk mereka konsumsi sebagai manifestasi kelangsungan hidupnya di atas muka bumi ini. Anggapan sebagian orang bahwa lalat itu sangat merugikan dan membahayakan kesehatan tidaklah benar, akan tetapi dibalik itu semua justru manusia yang dibekali akal untuk berfikir diperintahkan untuk menggunakannya dengan sebaik-baiknya agar iman semakin meningkat dan kuat dalam bertadabbur terhadap semua makhluk ciptaan Allah swt. Hal ini sesuai dengan Firman Allah swt dalam surat Ali Imron ayat 191: "*Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka".*

Waspadalah dengan tipu daya media massa/elektronik yang intinya ingin mendangkalkan aqidah umat islam sedunia. Maka kembali lagi kepada pemahaman yang benar bahwa *"Segala bentuk penyakit datang akibat ulah manusia sendiri (sugestinya), jika ia berburuk sangka terhadap makhluk ciptaan Allah swt atau atas beberapa kejadian yang menimpanya, maka ditimpakanlah kepadanya penyakit/ kesusahan/keburukan, padahal semuanya itu sudah dikehendaki oleh-Nya, jikalau ia berbaik sangka kepada-Nya*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

maka limpahan rahmat dan hidayah-Nya akan dianugerahkan kepadanya serta kesembuhan yang datangnya berasal dari Allah swt semata, oleh karena itu mintalah kesembuhan hanya kepada- Nya saja". Dialah Sang Maha Penyembuh bukan yang lain-lainnya, apapun profesi seseorang di bidang keahliannya (dokter, thabib, juru bekam, tukang pijat akupresure/refleksi, peruqyah, dll), mereka hanyalah wasilah (perantara) datangnya kesembuhan pasien dari penyakitnya karena usaha dan doanya terkabul atas izin Allah swt. Dan apabila aku (Ibrahim) sakit. DIAlah yang menyembuhkan aku (QS Asy-Syu'ara 80).

Rasulullah saw bersabda, *"Jika lalat jatuh ke dalam tempat minuman salah seorang dari kalian, maka hendaklah ia mencelupkannya, kemudian angkat dan buanglah lalatnya sebab pada salah satu sayapnya mengandung penyakit dan pada sayap lainnya mengandung obat"* (HR. Bukhari, Ibn Majah, dan Ahmad). Dalam riwayat lain: *"Sungguh pada salah satu sayap lalat ada racun dan pada sayap lainnya obat, maka apabila ia mengenai makananmu maka perhatikanlah lalat itu ketika hinggap di makananmu, sebab ia mendahulukan racunnya dan mengakhirkan obatnya"* (HR. Ahmad, Ibn Majah). Demikianlah diantara mu'jizat kenabian Rasulullah dari aspek kedokteran yang harus ditulis dengan tinta emas oleh sejarah kedokteran adalah alat pembuat sakit dan alat pembuat obat yang ada pada kedua sayap lalat tersebut ternyata sudah beliau ungkapkan 14 abad sebelum dunia kedokteran berbicara. Dan penyebutan lalat pada hadits itu adalah bahwa air tetap suci dan bersih jika dihinggapi lalat yang membawa bakteri penyebab sakit kemudian kita celupkan lalat tersebut agar sayap pembawa obat (penawarnya) pun tercelup ke dalam air. Seandainya lalat itu bisa menyebabkan najis, maka pasti ada perintah untuk meninggalkan minuman tersebut. Dalam hal ini, Rasulullah justru menganggap minuman tersebut boleh diminum.

Dan percobaan ilmiah kontemporer pun sudah dilakukan untuk mengungkapkan rahasia di balik hadits ini. Bahwasannya ada kekhususan pada salah salah satu sayapnya yang sekaligus menjadi penawar atau obat terhadap bakteri yang berada pada sayap lainnya. Oleh karena itu, apabila seekor lalat dicelupkan ke dalam air keseluruhan badannya, maka bakteri yang ada padanya akan mati, yang dinamakan *Bakteri Yufaj* atau zat pemangsa bakteri. Tempat ini menjadi tumbuhnya bakteri pembunuh dan bakteri penyembuh yang ukurannya sekitar 20 : 25 mili mikron. Maka jika seekor lalat

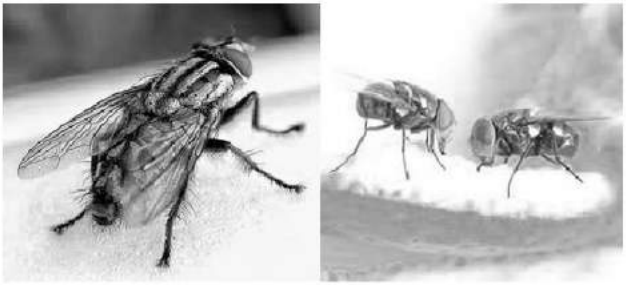
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengenai makanan atau minuman, maka harus dicelupkan keseluruhan badan lalat tersebut agar keluar zat penawar bakteri tersebut, lalu bakteri-bakteri tersebut mati. Prof. Dr. Abdul Majid Az-Zindani mengungkapkan ada pihak yang gagal mematikan virus pada sayap kiri secara konvensional. Namun ketika mereka memasukkan sayap kanan lalat secara otomatis seluruh virus apapun yang dibawa oleh sayap kiri lalat ternyata musnah dan mati akibat obat yang terdapat pada sayap kanan. Jadi, sains telah membuktikan informasi yang datang dari Rasulullah sebagai salah satu mukjizat yang menakjubkan bagi siapapun yang menolak hadits tentang lalat tersebut.

Prof. Dr. Amin Ridha, guru besar operasi Tulang fakultas kedokteran Universitas Alexandria, telah melakukan penelitian tentang "hadits lalat ini" dan menegaskan bahwa di dalam rujukan rujukan kedokteran kuno ada dalam hadits ini. Selain juga resepresep

medis untuk berbagai macam penyakit (seperti; penyakit borok, patah tulang yang parah, kolera, tifus, disentri dan lain sebagainya) dengan menggunakan terapi lalat. Luka korban perang dunia lebih cepat sembuh dan pulih kembali daripada diperban dan dirawat di berbagai tempat rumah sakit. Karena para prajurit itu diobati di medan peperangan hingga luka mereka dihinggapi lalat dengan mudah. Sekarang, ada banyak peternakan lalat di jerman yang telah diekstraksi. Beberapa obat yang digunakan sebagai antibiotik bakteri juga telah dihasilkan. Obat-obatan ini sangat efektif dan dijual dengan harga mahal di Jerman. Jadi, ia menyimpulkan bahwa tidak benar jika kuman yang dibawa oleh lalat berbahaya dan menyebabkan berbagai penyakit. Tidak benar juga jika banyaknya kuman yang dibawa oleh lalat cukup untuk menimbulkan penyakit bagi orang yang menelan kuman itu. Bukankah seharusnya kita menyalahkan diri kita sendiri yang tidak menjaga kebersihan sehingga penyakit pun menerpa?. Demikianlah, bagaimana Rasulullah sang guru yang telah mengajarkan manusia berbagai macam kebaikan dengan sebenar-benarnya (Zaglul An- Najjar dan Abdul Daim, 2012).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Lalat telah menjadi bahan penelitian dalam sains modern. Hal ini tidak lepas dari adanya informasi 14 abad yang lalu dari Rasulullah yang menjelaskan tentang racun dan obat yang terkandung di dalam lalat.

Berdasarkan hal ini, jelaslah bahwa ilmu pengetahuan dalam perkembangannya telah menegaskan penjelasannya dalam teori ilmiah sesuai dengan hadits yang mulia ini. Dan mukjizat ini sudah dikemukakan semenjak dahulu kala, 14 abad yang silam sebelum para pakar kedokteran mengungkapkannya baru-baru ini.

C. Hakikat Penciptaan Babi

Apakah mungkin babi yang sudah jelas *nash*nya di dalam Al-Quran diharamkan memiliki fungsi kehidupan? di satu sisi ia haram karena punya dampak negatif terhadap tubuh dan di sisi lain punya misi kehidupan yang mungkin saja belum tersentuh oleh tangan dan pikiran manusia?

Hemat kami, sebelum terlalu jauh mengais rahasia-rahasia penciptaan seekor babi, pemerhati tema-tema Qur'an kami ajak untuk menelusuri hikmah-hikmah syariat yang telah mengharamkan mereka untuk dijadikan sebagai bahan makanan. Pada umumnya, Islam mengharamkan daging hewan yang berkuku tajam, seperti: singa, harimau, macan, ular, kucing, anjing, dan tikus. Tentunya, laboratorium syariat tidak mengharamkan babi kecuali ada sebab mendasar yang melatarbelakanginya. Oleh karena itu, wajar jika hal tersebut menjadi proyek ilmiah yang menunggu sentuhan-sentuhan dunia sains. Mereka seakan-akan berkata kepada para saintis: "aku haram dimakan karena aku berbahaya terhadap kelangsungan hidup kalian. Akan tetapi, apakah Anda

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

telah menemukan hikmah-hikmah syariat yang telah menjadikan aku haram untuk kalian?".

Dokter Sulaeman Qush berkata: "Medis modern melaporkan bahwa air liur, kotoran, darah, dan sel-sel tubuh hewan-hewan ini mengandung virus yang mematikan, yaitu virus yang menyebabkan penyakit anjing" (Sulaeman Qush, 2012). Jika demikian halnya hewan-hewan tersebut, bagaimana dengan babi sendiri? Manusia cinta kebersihan dan jijik melihat kotoran. Setiap dari mereka punya fitrah penciptaan seperti ini. Oleh karena itu, bukan hanya Islam yang mengharamkan babi, tetapi juga syariat-syariat terdahulu, seperti: Yahudi dan Nasrani.

Di dalam Taurat dikatakan: "Hewan-hewan ini boleh kalian makan, seperti: sapi, domba, dan biri-bir, kecuali hewan-hewan ini janganlah engkau memakannya; hewan yang mengeluarkan makanan dari perutnya kemudian dikunyah kembali dan yang kukunya terbelah dua, seperti unta, kelinci dan wabar (kelinci yang berbulu tebal). mereka najis untuk kalian karena tergolong spesies hewan yang mengunyah kembali makanan setelah dikeluarkan dari perut mereka sendiri, meskipun kuku mereka tidak terbelah dua. Demikian pula babi, ia najis untuk kalian karena kukunya terbelah, meski tidak mengunyah kembali makanannya dari perut. Oleh karena itu, jangan makan dagingnya dan jangan pula menyentuh bangkainya!"

Di Injil sendiri mengatakan : "di pegunungan sana ada sekelompok babi yang sedang digembala, maka setan pun menginginkannya dan berkata : (izinkanlah kami bersemayam di babi-babi itu!) Yesus pun kemudian mengizinkan mereka saat itu, sehingga ruh-ruh kotor keluar dan bersemayam di tubuh babibabi tersebut". Di tempat lain diberitakan: "Jangan berikan Al-Quds kepada anjing-anjing itu dan jangan pula meletakkan berlianberlian kalian di hadapan babi-babi itu supaya mereka tidak menginjak-injaknya dan kembali mengoyak-oyak kalian."

Meskipun tidak secara eksplisit disebutkan pengharaman babi di Injil, tetapi karena ia merupakan simbol kejahatan yang dilakoni oleh ruh-ruh jahat dan umat selain umat Nasrani, maka ia pun dengan sendirinya mengajak fitrah mereka untuk menjauhinya. Bukan hanya itu, di Injil sendiri terdapat beberapa teks yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyatakan bahwa Nabi Isa as. diutus untuk menyempurnakan syariat yang diemban Nabi Musa as dan karena pengharaman babi merupakan salah satu syariat Taurat, maka babi pun diharamkan terhadap mereka. Akan tetapi, mengapa di sana masih ada kaum yang membolehkan makan babi? Bukankah ini menyalahi syariat dan fitrah penciptaan mereka sendiri?

Dalam hal ini, Islam pun mengharamkan babi. Ia dan syariat lain senantiasa memberikan perhatian penuh terhadap kesehatan jasmani dan rohani manusia. Dengan demikian semuanya sepakat terhadap hukum ini. Allah swt berfirman:

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ ٱلْمَيْتَةَ وَٱلدَّمَ وَلَحْمَ ٱلْخِنزِيرِ وَمَآ أُهِلَّ بِهِۦ لِغَيْرِ ٱللَّهِ ۖ فَمَنِ ٱضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَآ إِثْمَ عَلَيْهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿١٧٣﴾

"Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan bagimu bangkai, darah, daging babi, dan binatang yang (ketika disembelih) disebut (nama) selain Allah." (QS. Al-Baqarah: 173)

Menurut saintis, babi adalah binatang yang berbentuk seperti tong, dengan kaki yang pendek. Babi hutan yang ada saat ini diduga sebagai nenek moyang babi peliharaan. Babi hutan dapat berlari sangat cepat dan pandai berenang. Mereka termasuk pemakan segala macam makanan, mulai dari rumput sampai bangkai. Bahkan babi ternak menyukai kotorannya sendiri. Dengan demikian, bukan persoalan kebersihan peternakan babi yang perlu dibicarakan di sini, akan tetapi memang babi secara alami bukan binatang yang bersih. Bagaimanapun canggihnya sistem kebersihan yang diterapkan, sifat babi tersebut tidak akan berubah.

Jika ada yang bertanya: "ada apa dengan babi? Mengapa semua syariat Allah mengharamkannya?" Ustadz Muhammad Rasyid Ridha menjawab: "Salah satu hikmah diharamkannya babi karena ia membawa virus berbahaya dan termasuk jenis hewan yang menyukai kotoran". Kedokteran modern telah membuktikan bahwa bahaya babi datang dari makanannya yang kotor, sehingga di antaranya ada yang menjadi ulat, seperti: *Trichinila Spiralis*. Ulat ini menjangkiti babi dari bangkai-bangkai tikus yang dilahapnya. Bukan hanya itu, daging babi sangat sulit dicerna akibat gumpalan lemak di serak-serak daging tersebut. Dengan demikian, dagingnya sangat membahayakan bagi kesehatan manusia apabila ia

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

meng-konsumsinya. Allah swt berfirman dalam surat Al-An'am ayat 145:

قُل لَّآ أَجِدُ فِي مَآ أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَىٰ طَاعِمٍ يَطْعَمُهُۥٓ إِلَّآ أَن يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَّسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُۥ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهِلَّ لِغَيْرِ ٱللَّهِ بِهِۦ ۚ فَمَنِ ٱضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿١٤٥﴾

Katakanlah: «Tiadalah aku peroleh dalam wahyu yang diwahyukan kepadaKu, sesuatu yang diharamkan bagi orang yang hendak memakannya, kecuali kalau makanan itu bangkai, atau darah yang mengalir atau daging babi – karena Sesungguhnya semua itu kotor – atau binatang yang disembelih atas nama selain Allah. Barangsiapa yang dalam Keadaan terpaksa, sedang Dia tidak menginginkannya dan tidak (pula) melampaui batas, Maka Sesungguhnya Tuhanmu Maha Pengampun lagi Maha Penyayang».

Jika "Ayat di atas menegaskan bahwa sebab daging babi diharamkan karena ia kotor. Apakah karena ia suka kotoran ataukah di tubuhnya terdapat bahaya yang mengancam keselamatan jiwa?" Ketahuilah! Sesungguhnya kata (rijsun), yang artinya: kotor, penamaan terhadap segala sesuatu yang berbahaya dan menjijikkan, baik yang materinya nampak atau secara maknawi saja. Oleh karena itu, semua yang bernajis disebut (rijsun) kotoran. Dan pastinya, penamaan Surat al-An'am (rijsun) terhadap babi memberi indikasi kuat bahwa ia haram dimakan karena berbahaya dan menjijikkan" (*Tafsir al-Manar,* vol. 6, hlm. 135-136).

Dokter Sulaeman Qush menegaskan pernyataan di atas pada laporannya berikut ini: "Babi adalah binatang yang malas dan terlalu suka berhubungan intim. Ia tidak suka cahaya matahari dan tidak punya semangat juang membela diri dari musuh-musuhnya. Dia memakan semua makanan yang diberikan, bahkan kotorannya sendiri atau kotoran manusia. Ia lebih suka menghabiskan hidupnya di tempat kotor dari tempat yang bersih. Kerjanya makan dan tidur, serta tidak suka bepergian jauh. Jika betinanya ditunggangi oleh jantan lain ia tidak menampakkan sedikit pun kecemburuan dan amarah terhadapnya. Babi salah satu jenis hewan yang mengantongi pelbagai jenis virus yang mematikan (Sahar Talaat, 2009). Di dalam tubuh babi terdapat aneka ragam cacing dan virus. Di antaranya:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Fasciolepsis Buski: Jenis cacing ini tinggal di perut babi dalam jangka waktu yang cukup lama. Ia keluar bersama dengan kotoran dan menetap di genangan air. Jenis ini dapat menyebabkan gangguan alat pencernaan, mencer, dan pembengkakan tubuh yang mengakibatkan kematian.
2. Round Worms: Cacing ini panjangnya 270 mm, ia disebut dengan ulat beracun karena dapat menjalar ke seluruh tubuh. Di antara penyakit yang ditimbulkan: radang paru-paru, sesak nafas, alat pencernaan tersumbat, dan radang pankreas.
3. Hook Worms: Cacing ini masuk ke tubuh lewat pori-pori kulit. Ia dapat menyebabkan mencer yang disertai pendarahan kuat sehingga stamina tubuh melemah, kulit berubah, tubuh membengkak, dan lemah jantung.
4. Paragonimus: Jenis ini hidup di paru-paru babi. Ia dapat menyebabkan gangguan pernafasan bagi babi sendiri dan obatnya belum ditemukan sampai pada saat sekarang. Di antara penyakit yang ditimbulkan: gangguan pernapasan yang mengakibatkan batuk keras dan pendarahan kuat di paru-paru.
5. Clonorchis Sinensis: Cacing ini hidup di sekitar hati babi. Ia dapat menyebabkan gangguan hati, mencer, dan kematian akibat kekurangan cairan.
6. Giganthorinchus: Cacing ini hidup di alat pencernaan babi dan dapat menyebabkan kekurangan darah dan gangguan alat pencernaan. Yang demikian itu karena ia hidup di dinding alat pencernaan manusia.
7. Trichinila Spiralis: Jenis cacing ini sulit terdeteksi, tubuhnya sangat kecil. Ia hidup di daging babi dalam jangka waktu yang cukup lama dan belum diketahui sampai pada saat sekarang derajat panas yang mungkin dapat melumpuhkannya di saat dimasak. Di antara penyakit yang ditimbulkan: rematik, anggota tubuh terasa nyeri, perih, dan lambat bergerak sehingga ia tidak dapat bekerja keras. Ia dapat menyebabkan kematian jika menyumbat saluran makanan yang menghubungkan antara perut dan dada. Di samping itu, jika ia hidup di perut maka akan menimbulkan penyakit perut, mencer, anggota tubuh melemah, dan pembengkakan di wajah dan mata.
8. Schistosoma Japonicum: Spesies ini sangat berbahaya. Babi salah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

satu hewan yang memelihara cacing ini. Ia masuk ke tubuh manusia lewat pori-pori dan menyusut ke darah dan paru-paru. Setiap ekor dari mereka menghasilkan 20.000 telur tiap harinya yang setiap saat menjadi ancaman berbahaya terhadap alat pencernaan, hati, dan otak. Ia dapat menimbulkan pelbagai jenis penyakit yang dapat mengakibatkan lumpuh dan kematian (Sulaeman Qush, 2012).

Hematnya, tsunami bahaya babi bukan hal yang dapat ditutupi dan dipungkiri. Khususnya, pasca flu babi (H1N1, atau H1N1/09) yang menggemparkan dunia pada tahun 2009. Virus ini terdiri dari 5 jenis virus yang berbeda, yaitu: flu babi dan flu burung di Amerika Timur, flu manusia, dan dua flu babi asal Asia dan Eropa. Yang jelas, komplikasi virus-virus ini terjadi di tubuh babi. Maka dari itu, ia tidak layak dikonsumsi manusia" (Nursi, 2012).

Jika ada yang bertanya dan berkata: "Anda telah menjelaskan panjang lebar hikmah pengharaman babi. Sekarang, tolong beberkan makna-makna kehidupan di balik penciptaannya". Ustadz Nursi meletakkan batu pijakan dan pondasi dalam masalah ini. Beliau berkata: "Setiap makhluk di semesta ini punya tugas masing-masing. Bukan hanya itu, setiap partikel terkecil di kosmos ini punya fungsi tersendiri. Artinya, tidak ada makhluk di alam ini kecuali punya misi yang mereka sedang jalani. Maka dari itu, mereka adalah petugas Rabbani yang menjalankan misi ketuhanan" (Bediuzzaman Said Nursi, 2009).

Berangkat dari sini, penulis melihat, sesuai dengan apa yang telah dijelaskan di atas, bahwa *babi adalah "Cleaning Service" gratis yang membersihkan wajah bumi dari pelbagai bentuk kotoran.* Maka dari itu, dengan menyadari fitrah penciptaannya, ia melahap kotorannya sendiri dan kotoran manusia. Andai saja tahinya yang tercecer itu tidak dilahap kembali, maka siapa lagi yang akan memungutnya? Kotoran, sampah, dan limbah manusia merupakan isu global yang butuh penanganan serius dan belum terpecahkan sampai pada detik ini. Oleh karena itu, wahai mereka yang lalai! Sadarlah dan pujilah Allah swt yang telah membantu kalian mengatasi masalah rumit tersebut! Babi itu tahu diri, bahkan ia ikut sibuk dan turut andil mengentaskan polusi udara oleh ulah tangan kalian sendiri.

Di lain sisi, babi telah menjadi cermin terhadap manifestasi keagungan Sang Maha Bersih, Maha Mengurus, Menjaga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keseimbangan kosmos, dan Maha Bijak. Ia mencerminkan sinarsinar ketauhidan yang terpadu. Ia merupakan ukiran-ukiran keagungan dan ketinggian sifat-sifat Allah tersebut. Hewan ini pun tidak tinggal diam untuk melukiskan makna-makna kehidupan. Ia seperti menyapa Anda dengan begitu lembutnya dan berkata: *"wahai khalifah Allah! Janganlah kalian menyerupai diriku! Jika aku selalu hidup di daerah yang kotor/jorok maka kalian harus hidup dalam kebersihan nan suci, Jika aku malas kalian harus rajin, jika aku penakut kalian harus pemberani, jika aku terlalu berlebihan melakukan hubungan intim maka kalian wajib menempatkan nafsu sesuai dengan batasan-batasan syariat. Jika kalian seperti ini maka niscaya kalian menjadi insan-insan Rabbani. Akan tetapi, jika kalian menyerupai diriku maka kalian lebih rendah dariku. Aku menjalankan fungsi kehidupan dan ketauhidan dengan sempurna, tetapi kalian lalai dan lupa diri oleh nafsu."*

Kemuliaan hewan ini tidak terbatas sampai di sini, tetapi ia telah menjadi bahan baku celaan Al-Quran terhadap bangsa Yahudi yang melanggar kehormatan hari Sabtu *(Tafsir Syekh Abi as-Suud,* vol. 2, hlm. 292). Maka dari itu, mereka dilaknat Allah dengan menjadikan wujud mereka berwujud monyet dan babi sebagaimana yang difirmankan ayat ini:

قُلْ هَلْ أُنَبِّئُكُم بِشَرٍّ مِّن ذَٰلِكَ مَثُوبَةً عِندَ ٱللَّهِ ۚ مَن لَّعَنَهُ ٱللَّهُ وَغَضِبَ عَلَيْهِ وَجَعَلَ مِنْهُمُ ٱلْقِرَدَةَ وَٱلْخَنَازِيرَ وَعَبَدَ ٱلطَّٰغُوتَ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ شَرٌّ مَّكَانًا وَأَضَلُّ عَن سَوَآءِ ٱلسَّبِيلِ ﴿٦٠﴾

Katakanlah: "Apakah akan aku beritakan kepadamu tentang orangorang yang lebih buruk pembalasannya dari (orang-orang fasik) itu disisi Allah, yaitu orang-orang yang dikutuki dan dimurkai Allah, di antara mereka (ada) yang dijadikan kera dan babi dan (orang yang) menyembah thaghut?". Mereka itu lebih buruk tempatnya dan lebih tersesat dari jalan yang lurus. (QS. Al-Maidah: 60)

Kami mengajak para pemerhati tema-tema keislaman untuk menyuarakan kesimpulan berikut ini: "Sebenarnya babi bukan ancaman bagi manusia. Bahaya yang datang darinya lahir dari ulah tangan-tangan jahil. Mereka telah melanggar kesepakatan syariat-syariat Allah yang mengharamkannya. Seandainya Anda tidak menyentuhnya maka ia pun dengan sendirinya enggan menyakiti Anda. Akan tetapi, Anda sakit karena telah mengabaikan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

aturan tersebut. Biarkan dia menjalankan misi kebersihan wajah dunia yang diemban fitrahnya. Biarkan dia memancarkan kilau ketauhidan sebagai manifestasi keagungan dan kemuliaan Zat-Nya yang Maha Bersih, memelihara, menjaga, dan Maha Bijak. Biarkan mereka melantunkan tasbih ketauhidan dengan membantu Anda menjaga kebersihan dan Jangan sekali-kali menyakiti mereka dengan menyembelih dan memakannya. Anda patut dihukum karena melanggar larangan. Bukan hanya itu, tapi Anda telah menghapus pahatan-pahatan ketauhidan dan tenda-tenda kehidupan yang tengah dilakoninya. Hematnya, Hikmah-hikmah ini menghendaki babi tercipta. Bukankah seribu satu kebaikan lebih diutamakan penciptaannya dari satu keburukan yang belum pasti!" (www.dakwatuna.com, 2012).

Kita harus mewaspadai diri dari bahaya pencemaran daging babi yang ada di sekitar kita dan mengetahui madharatnya, berikut pemaparannya (Nanung Danar Dono, 2010) :

1. Lemak: Lemak & gliserin: softdrink, bahan kosmetik (facial, hand & body lotion), sabun, dll; Emulsifier: Lesitin, E471, dll; Lard (lemak babi): pengempuk dan pelezat rerotian & coklat; Minyak: penyedap masakan; Bahan starter Vetsin (kasus Ajinomoto)
2. Bulu: Bahan kuas (bristle): kuas roti, kuas cat tembok, kuas lukis (Laporan Biro Pusat Statistik, 2002). Cara mengetahui bahwa bulu kuas terbuat dari plastik atau bulu babi? Ambillah 1 helai lalu dibakar! Bagaimana baunya? Bila baunya sama dengan bau rambut/kuku binatang yang terbakar, maka itu adalah bulu binatang (bau protein keratin)
3. Daging: Sumber protein hewani yang murah (lebih murah dari daging sapi) dan tersedia di pasaran, Daging babi empuk, serat halus, dan rasanya lezat, Dapat dipakai sebagai campuran bakso, siomay, bakmi goreng, dll.
4. Kotoran: Pupuk tanaman apel di Jepang (bertanggung jawab pada warna merah kulit apel), Pupuk sayuran (Baturraden, dll.)
5. Tulang: Industri pariwisata: patung, dll; Industri makanan/ minuman: arang tulang sebagai filter penyaring air mineral; industri pertukangan: bahan lem, dll
6. Organ Dalam: Transplantasi: ginjal, hati, jantung; Plasenta: kosmetika (facial, hand & body lotion), sabun, dll; Enzim pencernaan: amilase, lipase, tripsin, pankreatin, pepsin, dll.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7. Kulit: Industri kulit (leather handicrafts): tas, sepatu, dompet, dll; Masakan: Krecek dan kikil.

Apa saja madhorot babi? Mengapa Allah melarang umat Islam mengkonsumsi daging babi dan memanfaatkan seluruh anggota tubuh babi? Berikut disajikan beberapa alasan kenapa Babi diharamkan:

1. Babi adalah kontainer (tempat penampung) penyakit. Beberapa bibit penyakit yang dibawa oleh babi:
   - ✓ Cacing pita (*Taenia solium*)
   - ✓ Cacing spiral (Trichinella spinalis)
   - ✓ Cacing tambang (Ancylostoma duodena-le)
   - ✓ Cacing paru-paru (Paragonimus)
   - ✓ Fasciolepsis busci
   - ✓ Schistosoma japonicum
   - ✓ Bakteri Tuberculosis (TBC)
   - ✓ Virus cacar (Small pox)
   - ✓ Virus kudis (Scabies)
   - ✓ Kumparan kuman-kuman (Ruciformas N.)
   - ✓ Kolera (*Salmonella choleraesuis)*
   - ✓ *Balantidium coli*
   - ✓ *Brucellosis* dan *Toxoplasma gondii*
2. Daging babi empuk, tapi sulit dicerna. Karena mengandung banyak lemak. Meski-pun empuk dan terkesan lezat, namun daging babi sulit dicerna. Akibatnya, nutrien (zat gizi) tidak dapat dimanfaatkan tubuh.
3. Prof. A.V. Nalbandov (Penulis buku: Adap-tif Physiology on Mammals and Birds) menyebutkan: kantung urine (vesica urinaria) babi sering bocor, sehingga urine babi merembes ke dalam daging. Akibatnya, daging tercemar kotoran yang mestinya dibuang bersama urine.
4. Lemak punggung (*back fat*) tebal dan mudah rusak oleh proses ransiditas oksidatif (tengik), tidak layak dikonsumsi manusia.
5. Babi merupakan *carier* virus/penyakit Flue Burung (Avian influenza). Di dalam tubuh babi, virus AI (H1N1 atau H2N1, tidak ganas, tidak menular ke manusia) bermutasi menjadi H5N1 (ganas/mematikan dan menu-lar ke manusia).
6. Prof. Abdul Basith Muhammad menuturkan berbagai penyakit yang ditularkan oleh babi:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- ✓ Pengerasan urat nadi.
- ✓ Naiknya tekanan darah.
- ✓ Nyeri dada yang mencekam (Angina pectoris).
- ✓ Radang (nyeri) pada sendi-sendi tubuh.

7. Dr. Murad Hoffman (Doktor ahli & penulis di Jerman) menulis:
   - ✓ Memakan babi yang terjangkiti cacing babi tidak hanya
   - ✓ berbahaya, tapi juga menyebabkan peningkatan kolesterol tubuh
   - ✓ dan memperlambat proses penguraian protein dalam tubuh.
   - ✓ Mengakibatkan penyakit kanker usus, iritasi kulit, eksim, dan
   - ✓ rheumatik.
   - ✓ Virus-virus influenza yang berbahaya hidup dan berkembang
   - ✓ karena medium (dibawa oleh) babi.
8. Penelitian ilmiah di Cina dan Swedia menyebutkan bahwa daging babi merupakan penyebab utama kanker anus dan kolon.
9. Dr. Muhammad Abdul Khair (penulis buku: *Ijtihaadaat fi at Tafsir AL Qur'an al Kariim*) menuliskan bahwa daging babi mengandung bemih-benih cacing pita dan *Trachenea lolipia*. Cacing tersebut berpindah kepada manusia yang mengkonsumsi daging babi. Penyakit lain yang ditularkan:
   - ✓ Kholera babi (penyakit berbahaya yang disebabkan oleh virus).
   - ✓ Keguguran nanah (disebabkan bakteri prosilia babi).
   - ✓ Kulit kemerahan yang ganas dan menahun (bersifat mematikan)
   - ✓ Penyakit pengelupasan kulit.
   - ✓ Benalu Askaris, berbahaya bagi manusia.
10. DNA babi mirip dengan manusia, sehingga sifat buruk babi dapat menular ke manusia. Beberapa sifat jelek babi:
    - ✓ Binatang paling rakus, kotor, dan jorok di kelasnya
      - Kerakusannya tidak tertandingi oleh hewan lain
      - Suka memakan bangkai dan kotorannya sendiri
      - Kotoran manusia pun dimakannya
      - Sangat suka berada di tempat yang basah dan kotor
      - Untuk memuaskan sifat rakusnya, bila tidak ada lagi yangdimakan, maka ia akan memuntahkan isi perutnya, lalu dimakan lagi
      - Kadang ia mengencingi makanannya terlebih dahulu sebelum dimakan
    - ✓ Babi adalah binatang pemalas, tidak agresif, tidak suka mencari pakan, suka dengan sejenis & tidak pencemburu, tidak tahan sinar matahari, pemalas & tidak punya hasrat membela diri, dll.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

✓ Ust. Muhammad Umar Abduh (Perancis) menyebutkan bahwa babi menularkan sifat suka berzina.

D. Hikmah Sakit

Kita meyakini bahwa setiap peristiwa yang kita alami, pasti ada hikmah yang bisa kita petik di baliknya. Apakah hikmah itu kasat mata, sehingga kita langsung bisa menangkap maknanya. Atau ia tersembunyi dan harus digali dengan potensi kejernihan *ruhiah* kita. Apalagi seorang Mukmin, selalu menyikapi apa saja yang terjadi pada dirinya dengan sikap positif. Dia juga lapang hati dan berusaha berpikiran jernih. Cintanya kepada Allah semakin meningkat justru pada saat-saat dia sakit. Karena dia yakin, Allah sangat mencintainya. *"Sesungguhnya bila Allah mencintai suatu kaum, maka Allah menimpakan cobaan kepada kaum itu"* (HR. Bukhori). Ini karena dia selalu dituntut untuk berbaik sangka pada Allah swt. Bukankah seorang Mukmin selalu berkomitmen bahwa seluruh aspek kehidupannya (aktivitas duniawi dan ibadah ukhrawinya), juga matinya hanya karena *lillaahi Rabbil-'Aalamiin* Allah Tuhan Semesta Alam? Ikrar tersebut selalu dia ucapkan saat membaca *doa iftitah* setelah *takbiratul ihram.*

Sakit, di atas segalanya, adalah juga takdir Allah, di samping –bisa jadi– karena ulah kita sendiri. Kendati demikian, kita tetap bisa mengambil manfaat atau hikmah dari sakit itu. Diantara beberapa hikmah sakit bagi orang-orang yang beriman, yaitu:

1. Orang Yang Sakit Dekat Dengan Allah swt

Pada saat sakit, ego kita terkalahkan oleh rasa tak berdaya di hadapan Kemahakuasaan Allah. Seolah Allah begitu dekat dengan kita dan kitapun merasa dekat dengan Allah. Padahal Allah memang sangat dekat dengan kita, bahkan lebih dekat daripada urat leher kita sendiri. *"Dan Aku lebih dekat daripada urat lehernya"* (QS. Qaaf: 16). Rasa dekat dengan Allah ini jarang timbul ketika kita sedang dalamkeadaan sakit. Kita merasa sebagai pemilik tunggal tubuh kita yang secara otomatis mempunyai hak penuh untuk menggunakannya. Kita lupa kalau pemilik tubuh – dan bahkan hidup – kita yang sebenarnya adalah milik Allah swt. Tubuh kita tunduk dan patuh pada hukum "alam" yang telah ditetapkan oleh Allah swt. Kesadaran bahwa Allah-lah sebenarnya Pemilik tubuh kita biasanya muncul saat kita terbaring sakit. Saat inilah kita "mendekat dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pasrah" kepada Allah. Kepasrahan itulah yang membuat kita merasa Allah swt itu begitu dekat.

2. Doa Orang Yang Sakit *Mustajabah*

Doanya orang yang sedang sakit *mustajabah* dikarenakan kondisi spiritualnya berada pada titik kepasrahan yang paling tinggi, sedangkan kondisi psikologisnya berada pada level paling rendah. Dia tidak punya harapan kecuali harapan kepada Allah swt. Sandarannya yang hakiki hanya pada Allah semata. Nabi Muhammad saw bersabda: *"jika kamu datang menjenguk orang sakit, maka mintalah dia berdoa untukmu, karena doanya seperti doa malaikat"* (HR. Ibnu Majah dari Umar ra). Doa orang sakit disamakan dengan doa para malaikat, artinya kemungkinan dikabulkan oleh Allah sangat besar. Tentu kita memahaminya, bahwa malaikat adalah makhluk Allah yang sangat patuh dan taat serta tidak pernah berbuat durhaka kepada-Nya. Maka wajar saja kalau mereka berdoa akan langsung dikabulkan. Begitu juga orang yang sedang sakit, dia benar-benar memposisikan diri serendah-rendahnya di hadapan Allah swt. Doa yang diajarkan Nabi Muhammad saw dipanjatkan oleh orang sakit adalah *"Ya Allah, sembuhkanlah badanku, Ya Allah, sembuhkanlah pendengaranku, Ya Allah, sembuhkanlah penglihatanku. Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kekafiran dan kefakiran. Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari siksa kubur, tiada Tuhan selain Engkau"* (HR. Abu Daud).

3. Menghapuskan Dosa-dosa

Dalam aktivitas keseharian kita, apa saja bisa jadi sumber kemaksiatan yang berpotensi mendatangkan dosa. Hal itu sudah disinyalisasi oleh Rasulullah saw: *"tiada suatu gerakan urat nadi maupun mata seseorang, melainkan memungkinkan untuk menimbulkan dosa...."* (al-Hadits).

Bahkan dalam hadits lain Rasulullah saw menyatakan bahwa penyakit yang menimpa kaum Muslimin bisa menanggalkan kejahatan- kejahatannya sebagaimana pohon menanggalkan daunnya. Allah juga menghapuskan dosa-dosa si Muslim melalui penyakit yang dideritanya. Dan seorang Muslim pastilah lebih memilih siksa dunia lewat penyakit daripada siksa akhirat yang tidak terbayangkan oleh imajinasi pedih dan dahsyatnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Menyambung Silaturrahim

Terkadang kesibukan kerja membuat kita jarang sekali bisa meluangkan waktu untuk bertemu orang tua, saudara atau teman. Tiap detik harus bernilai ekonomis, sehingga kegiatan berkunjung kita anggap tidak produktif, hanya basa-basi sosial dan menghalangi kita meraup rupiah. Karena segala aktivitas kita ukur dengan uang. Akibatnya kita selalu tidak memiliki kesempatan untuk bersilaturrahim. Bahkan untuk sekedar *"say* salam/hello" melalui telepon atau sms saja kita tidak sempat. Aktivitas kerja benar-benar telah memenjarakan kita dalam situasi yang tidak menyenangkan. Kita tidak lagi bebas berkunjung ke rumah orang tua, saudara atau teman. Kita seperti budak pekerjaan. Nah, ketika sakit biasanya orangtua, saudara, teman dan handai taulan datang menjenguk. Terjalinlah kembali komunikasi yang sempat *blank*. Demikianlah, Allah berkehendak menyambung silaturrahim hamba-hamba-Nya yang terputus oleh kesibukan yang luar biasa justru melalui sakit.

5. Menjadi Pelajaran Berharga

Bagi orang yang sakit, keadaan yang dia alami sekarang menjadi pelajaran berharga betapa sehat itu sangat mahal. Sehat itu juga sangat indah. Tapi sayangnya kita sering mengabaikan, sehingga kita seenaknya saja memperlakukan sehat. Begitu juga bagi orang yang menjenguk orang sakit, pemandangan yang dilihatnya menimbulkan kesadaran betapa sakit itu tidak menyenangkan. Dia akan sangat merasa bersyukur karena Allah melindunginya dari sakit dan penyakit. Mereka berharap terus dalam keadaan sehat. Bagi yang sakit ataupun yang menjenguk orang sakit akan timbul rasa tawadhu'nya di hadapan Allah swt, Tuhan Alam Semesta. Allah dapat berbuat apa saja sekehendak-Nya. Orang yang segar bugar dalam sekejap bisa dibuat-Nya terbaring di tempat tidur tanpadaya. Betapa Maha Perkasanya Allah. Tidak ada satu kekuatan pun yang bisa dan sanggup menghalangi bila Dia berkehendak membuat hamba-Nya sakit. Bahkan orang-orang yang telah divonis mati oleh dokter, bisa saja Dia sembuhkan sehingga keadaannya kembali seperti sedia kala, sehat wal 'afiyat.

6. Kesempatan Istirahat Bagi Tubuh

Ketika sakit adalah saat yang paling tepat untuk mengistirahatkan tubuh. Selama sehat, barangkali kita terlalu abai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terhadap "permintaan" tubuh kita agar memberinya waktu barang sejenak untuk beristirahat. Kalau tidak sakit, kita akan terus bekerja tak kenal waktu tak kenal lelah. Pergi kerja sebelum matahari terbit dan pulang setelah matahari terbenam. Rumah hanya jadi tempat tidur dan ganti pakaian saja. Sabda Nabi Muhammad saw: "tubuhmu mempunyai hak atas dirimu." Karena tidak memberikan hak kepada tubuh untuk istirahat, maka wajarlah kalau dia kemudian bermasalah. Tubuh seolah "memaksa" kita memberinya tempo untuk beristirahat dengan sakit. Mungkin karena Allah kasihan pada tubuh kita, sehingga diberi-Nya kita sakit agar tubuh kita bisa beristirahat total dari aktivitas rutin harian, sehingga setelah sembuh dari sakit nanti, tubuh kita benar-benar bisa fresh kembali (Briliantono, 2009).

Konon, satu-satunya manusia yang tidak pernah menderita sakit adalah Fir'aun, Raja Mesir. Tapi itu juga yang membuat dia sombong, takabur dan bagga diri. Hatinya menjadi keras melebihi batu. Dia secara terang-terangan mengangkat dirinya sebagai Tuhan, raja diraja, penguasa jagad raya, yang memberi makan dan minum, yang menghidupkan dan mematikan. Tapi lihatlah..... bagaimana kesudahan orang-orang yang ingkar kepada Allah! Orang sedigdaya Fir'aun, Allah hinakan dengan mati tenggelam bersama bala tentaranya di lautan. Kemudian Allah berkenan melemparkan jasadnya ke daratan untuk menjadi pelajaran berharga bagi generasi selanjutnya.

Fir'aun bukan satu-satunya orang sakit jiwa yang Allah hinakan. Ada Raja Namrud, yang mengaku sebagai Tuhan tapi dihinakan kematiannya hanya dengan seekor nyamuk. Qarun, konglomerat di jaman Nabi Musa as., yang ditimbun ke dalam tanah bersama seluruh hartanya, sehingga menjadi legenda harta karun. Ada Abu Lahab, Paman Rasulullah saw yang sombong dan angkuh, yang menolak dengan keras dakwah keponakannya. Dialah orang yang jelas-jelas oleh Allah diancam dengan api neraka bahkan ketika dia masih hidup dan kisahnya diabadikan dalam surat Al-Lahab. Jadi, wajarlah bila Nabi Muhammad saw memuji akhlaq orang-orang beriman, karena memang akhlaq mereka sangat luar biasa. Rasulullah saw bersabda: "Sikap seorang mukmin itu sangat mengagumkan, bila mendapat kesusahan hidup mereka bersabar dan bila mereka menerima kenikmatan mereka bersyukur".

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III Tiga

Pola Hidup Sehat dalam Sunnah Rasulullah saw

Semakin kita mendalami ajaran Islam maka semakin terlihatlah bahwa ajaran islam memang ajaran atau wahyu dari Allah swt. Nabi Muhammad Saw yang hidup 14 abad lampau dan tidak pernah belajar di fakultas kedokteran modern ternyata ajarannya tentang ilmu kesehatan sangatlah tinggi nilainya.

Diceritakan, dahulu kala terkenal seorang dokter di kalangan Arab bernama Syarmadel bin Qubats Al-Ka'bi, yang tinggal di daerah Najran. Ketika ia tahu Rasulullah memiliki pengetahuan tentang kedokteran, ia bergegas mendatanginya, kemudian mengujinya dengan mengajukan berbagai pertanyaan tentang penyakit dan cara pengobatannya. Rasulullah saw pun mampu menjawab semua pertanyaan tersebut. Namun, saat Rasul balik bertanya tentang satu penyakit, Syarmadel terkejut karena tidak bisa menjawabnya. Lalu, ia berkata, "Wahai Rasulullah, Demi Bapak dan Ibuku, aku adalah seorang dukun dan thabib di kalangan kaumku, apa yang harus aku lakukan? Lalu Rasul menjawab," bedahlah uratnya, tusuklah jika terpaksa dan gunakanlah sana (sejenis tumbuhan) dan janganlah engkau mengobati seseorang sebelum mengetahui jenis penyakitnya." Hingga tahun 1996, ilmu kedokteran modern masih menyatakan jumlah sendi 340. Namun, setelah diteliti lagi ternyata ada susunan sendi yang menyatu, jika dipisah-pisah lagi, jumlahnya menjadi 360, sesuai dengan hadist Nabi.

Dari kisah inilah, tak bisa disangkal bahwa Nabi Muhammad saw adalah seorang dokter. Meski tidak ada satu kisah pun yang menceritakan dari mana Nabi belajar medis. Tentu saja, sebagai utusan Allah swt, beliau memiliki ilmu *mukasyafah*, yang bersifat batiniah. Hanya Allah-lah yang mengajarkan ilmu ini. Sebagaimana firman-Nya:

وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ وَرَحْمَتُهُ لَهَمَّتْ طَائِفَةٌ مِنْهُمْ أَنْ يُضِلُّوكَ وَمَا يُضِلُّونَ
إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَمَا يَضُرُّونَكَ مِنْ شَيْءٍ وَأَنْزَلَ اللَّهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ
وَعَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُنْ تَعْلَمُ وَكَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ عَظِيمًا

"Sekiranya bukan karena karunia Allah dan rahmat-Nya kepadamu, tentulah segolongan dari mereka berkeinginan keras untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menyesatkanmu. tetapi mereka tidak menyesatkan melainkan dirinya sendiri, dan mereka tidak dapat membahayakanmu sedikitpun kepadamu. dan (juga karena) Allah telah menurunkan kitab dan Hikmah kepadamu, dan telah mengajarkan kepadamu apa yang belum kamu ketahui. dan adalah karunia Allah sangat besar atasmu." (QS. An-Nisa: 113)

Jika ada manusia sempurna, maka manusia yang paling sempurna adalah Rasulullah saw. Kesempurnaan pribadi Rasulullah bukan hanya dalam penampilan luar saja. Beliau sempurna dalam fisik, sempurna dalam spiritual, dan juga akhlaknya. Karena itulah Allah swt menjadikannya sebagai teladan bagi kehidupan manusia seperti di dalam firman-Nya *Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah.* (QS. Al-Ahzab: 21). Rasulullah saw, tidak hanya menginginkan agar umatnya rajin beribadah, namun kondisi fisiknya lemah. Beliau bahkan menyatakan mukmin yang lebih dicintai Allah adalah mukmin yang kuat.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ

Dari Abu Hurairah dia berkata; Rasulullah saw bersabda: "Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah swt daripada orang mukmin yang lemah." (HR Muslim)

Beliau saw adalah seorang yang selalu menjaga kesehatan tubuhnya. Kesehatan adalah dasar yang sangat penting untuk terwujudnya kekuatan seorang mukmin. Dan Rasulullah saw pun telah meneladankan hidup sehat. Dengan aktivitas beliau yang luar biasa padat, tidak membuat beliau lalai menjaga kebugaran dan kesehatan. Sebagai manusia biasa, beliau juga pernah mengalami sakit, setidaknya beberapa kali yang mengharuskan beliau berobat. Dan satu kali yang membuat beliau istirahat di rumah sampai akhirnya beliau wafat.

Sakitnya Rasulullah saw membenarkan pernyataan Al-Quran, bahwa beliau memang hanya manusia biasa, sama seperti kita. Manusia yang membutuhkan makan-minum, istirahat dan tidur, merasa senang dan kadang sedih, sehat dan beberapa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kali mengalami sakit. Dari sakitnya beliau, kita jadi mengetahui bagaimana seharusnya seorang Muslim ketika sakit dan bagaimana menyikapi penyakit. Marilah kita cermati kebiasaan harian Rasulullah saw untuk meneladani pola hidup sehat yang beliau teladankan bagi kita. Bila kita praktikkan dalam kehidupan sekarang ini, pastilah kita akan sehat secara menyeluruh; jasmani, rohani, akal dan jiwa.

A. Sehat Pagi Sampai Malam

1. **Bangun Subuh;** Rasul selalu mengajak umatnya untuk bangun sebelum subuh, melaksanakan shalat sunah (Tahajjud, Hajat) dan shalat Fardhu, shalat subuh berjamaah. Hal ini memberi hikmah antara lain: Berlimpah pahala dari Allah; Kesegaran udara subuh yang bagus untuk kesehatan misalnya untuk terapi penyakit TBC; Memperkuat pikiran dan menyehatkan jiwa perasaan maupun rohani. Dengan bangun pagi, pikiran dan perasaan juga biasanya lebih segar dan rileks. Bangun Subuh juga dapat mencegah stroke dan tekanan darah tinggi yang umumnya rentan terjadi pada waktu itu karena penyempitan pembuluh darah. Di luar itu sebenarnya terkait asupan awal yang di terima tubuh, yakni udara segar. menurut para pakar udara, waktu Subuh sangat baik karena kaya oksigen dan relatif masih bersih tak terkotori unsur lain. Udara yang baik tentu saja berguna untuk metabolisme tubuh dalam beraktivitas seharian penuh. Ini adalah modal awal sebuah keberhasilan.
2. **Selalu Berbaik Sangka Kepada Allah dan Manusia;** aspek pertama yang membuat Rasulullah saw sehat adalah beliau selalu berprasangka baik kepada Allah, juga kepada manusia. Kalau psikologi modern menyebutnya dengan istilah *positive thinking,* Rasulullah saw telah mempraktikkannya jauh sebelum adanya ilmu kejiwaan. Baik sangka kepada Allah bukan sekedar berpikir positif. Tetapi di dalamnya terkandung sebuah pengakuan yang mistis dan transenden, bahwa kehidupan kita sepenuhnya diawasi oleh Allah. Karena Dia sesungguhnya pemilik kehidupan ini. *Positive thinking* tidak akan menyentuh spiritualitas seseorang. Tapi *husnudzhon* atau baik sangka kepada Allah mempunyai nilai yang lebih sakral, sehingga jiwa merasa tenang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Orang yang selalu baik sangka kepada Allah adalah orang yang terbebas dari rasa cemas dan takut, terbebas dari belenggu keinginan memuaskan hawa nafsu. Di hatinya hanya ada Allah, ini yang membuat dia merasa kaya. Itu juga yang membuat dia kuat, tangguh menghadapi kesulitan hidup, tidak lupa diri dan selalu bersyukur ketika mendapat kesenangan. Hidupnya menjadi manfaat dan kebanggaan bagi orang lain, matinya menjadi kesedihan dan buah tutur kebaikan benyak orang. Keberadaannya menjadi berkah dan rahmat bagi lingkungan sekelilingnya dan ketiadaannya menjadi duka cita. Allah berfirman dalam hadits Qudsi-Nya: "*Aku terserah persangkaan hamba-Ku kepada-Ku. Aku bersamanya (memberi rahmat dan membelanya) bila dia menyebut-Ku. Bila dia menyebut nama-Ku dalam hatinya, Aku menyebutnya dihati-Ku. Bila dia menyebut-Ku dalam perkumpulan orang banyak, Aku menyebutnya dalam perkumpulan yang lebih baik daripada mereka." (HR. Bukhari Muslim)*

3. **Selalu Mengawali dan Mengakhiri Aktivitas Dengan Doa;** Rasulullah saw bersabda: "Doa adalah otaknya ibadah", maka menjadi sangat relevan kalau kita sebagai makhluk yang berakal dan berpikir, senantiasa menjadikan doa sebagai pengawal aktivitas. Mari kita amati sejarah perjalanan kenabian Beliau, ternyata kita dapati bahwa seluruh aktivitas hariannya dimulai dan diakhiri dengan doa. Mulai dari bangun tidur, menjelang subuh, menyambut datangnya pagi, membuka pakaian, keluar-masuk kamar mandi, berpakaian, bercermin, menyisir rambut, sebelum makan-minum dan sesudahnya, keluar rumah, naik kendaraan, ketika kendaraan bergerak, ketika sampai di tujuan dan seterusnya, yang semuanya ini ada doanya.

   Bukan itu saja, ketika beliau menghadapi kejadian-kejadian khusus juga tidak lupa beliau berdoa. Misalnya saat terkejut bangun dari tidur, saat bermimpi baik atau buruk, saat menjenguk orang sakit, membimbing orang yang sedang sakaratul maut, ketika turun hujan, di hadapan pengantin baru, bahkan–maaf–sampai ketika hendak berhubungan suami-istri juga beliau berdoa, juga ketika melihat bayi yang baru dilahirkan dan sebagainya. Memulai aktivitas dengan doa berarti memohon perlindungan, kekuatan, kelancaran,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesuksesan, dan ketabahan kepada Allah swt. Sedang menutup doa setelah semua urusan selesai adalah ungkapan rasa syukur. Gaya hidup seperti inilah yang harus dijadikan model, karena telah terbukti pelakunya sehat jasmani, jiwa, akal dan rohaninya.

4. **Selalu Optimis dan Tidak Putus Asa**; Rasulullah saw adalah seorang yang senantiasa optimis memandang masa depan. Beliau hampir tidak pernah terlihat suntuk atau kesal, kecuali dalam satu-dua kasus. Selebihnya beliau selalu tamil segar dan ceria, penuh senyum. Beliau selalu optimis dan yakin dengan masa depan (dunia dan akhirat) yang baik, yang akan beliau terima dan juga akan diterima oleh umat beliau. Sikap optimis akan memberikan dampak psikologis yang mendalam bagi kelapangan jiwa sehingga tetap sabar, istiqamah dan bekerja keras, serta tawakal kepada Allah swt. *"Dan Sesungguhnya hari akhir itu lebih baik bagimu daripada yang sekarang (permulaan). Dan kelak Tuhanmu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu, lalu (hati) kamu menjadi puas."* (QS. Ad-Dhuhaa: 4-5). Sedangkan doa yang beliau panjatkan setiap saat adalah: *"Ya Tuhan Kami, berilah Kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah Kami dari siksa api neraka."* (QS. Al-Baqarah: 201)

   Perasaan optimis adalah separuh dari kebahagiaan dan selangkah menuju keberhasilan. Sebaliknya, rasa pesimis merupakan bibit kegagalan dan bayangan ketidakbahagiaan. Oleh karena itu, Rasulullah saw selalu yakin dan meraih masa depan yang bahagia.

5. **Selalu Bersabar dan Bersyukur;** Kombinasi antara sabar dan syukur ini membuat seorang mukmin menjadi manusia yang tangguh. Dalam kondisi bagaimanapun, dia selalu bisa mengambil pelajaran berharga. Sehingga tidak ada peristiwa atau kejadian yang dia alami yang berlalu begitu saja. Tidak ada pengalaman, bahkan yang paling pahit sekalipun yang berlalu sia-sia. Rasulullah saw selalu berdoa: "*Ya Allah, jadikanlah aku orang yang pandai bersyukur (kepada-Mu), jadikanlah aku orang yang pandai bersabar (menghadapi cobaan-Mu), jadikanlah aku kecil dalam pandangan mataku, tapi seseorang yang besar dalam pandangan orang lain.*"

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kalangan sufi biasa mengatakan, "Apabila kami mendapatkan nikmat atau kebaikan kami bersabar. Dan apabila kami mendapat musibah atau keburukan, kami bersyukur." Mengapa mereka berkata begitu? Karena ketika mendapatkan nikmat, mereka khawatir tidak bisa menahan diri. Mereka jadi gelap mata dan memburu kenikmatan duniawi, sehingga melupakan Allah. Dan ketika mereka mendapat musibah, mereka bersabar karena mungkin saja keburukan yang menimpa mereka adalah pertanda kasih sayang Allah. Mereka bersyukur karena ternyata Allah masih sayang pada mereka. Atau mereka bersyukur karena mungkin saja ada manusia lain yang diberi ujian lebih besar dan lebih berat dari mereka. *Wallahu a'lam.*

6. **Selalu Mengendalikan Emosi**; sebagai pemimpin politik dan agama, tentulah banyak hal yang harus diurus dan diselesaikan oleh Rasulullah saw. Belum lagi masalah-masalah sepele yang kadang datang begitu saja. Tapi semua dihadapi oleh Rasulullah saw dengan lapang dada. Tidak pernah beliau marah, kecuali dalam hal yang menyangkut hak Allah atau urusan agama. Ini menunjukkan betapa emosi beliau sangat stabil, terkendali dan selalu berada di jalur yang benar. Dan kita kemudian tahu bahwa kecerdasan intelektual (IQ) ternyata bukan menjadi penentu keberhasilan seseorang. Justru kecerdasan emosilah (EQ) yang lebih besar peranannya dalam menentukan sukses dan gagalnya seseoang. Begitu menurut Daniel Goleman.

   Nasihat Rasulullah: "Jangan Marah" diulangi sampai 3 kali. Ini menunjukkan hakikat kesehatan dan kekuatan Muslim bukanlah terletak pada jasadiyah belaka, tetapi lebih jauh yaitu dilandasi oleh kebersihan dan kesehatan jiwa. Ada terapi yang tepat untuk menahan marah: Mengubah posisi ketika marah, bila berdiri maka duduk, dan bila duduk maka berbaring; Membaca *Ta 'awwudz* (a'udzubillahimina asy-syaithonirrajiim), karena marah itu dari setan; Segeralah berwudhu; Shalat dua rakaat untuk meraih ketenangan dan menghilangkan kegundahan hati. Bisa juga dengan selalu membiasakan berwudhu setiap saat berhadats kecil maupun besar, bukan hanya ketika hendak shalat dan membaca al-Quran saja akan tetapi setiap saat beraktivitas apapun agar tubuh selalu bersih dan suci terhindar dari sifat pemarah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7. **Tak Pernah Iri Hati**; Untuk menjaga stabilitas hati & kesehatan jiwa dan mentalitas maka menjauhi iri hati merupakan tindakan preventif yang sangat tepat. Kecuali untuk iri kepada dua hal: Iri kepada orang yang memiliki harta yang melimpah tapi tidak segan untuk menafkahkan hartanya dijalan kebaikan; Iri kepada orang yang memiliki ilmu pengetahuan yang luas tapi tidak sungkan untuk mengajarkannya kepada orang lain siapa pun tanpa pilih kasih.

   Allah swt telah memberi garansi, bahwa Dia tidak akan membiarkan makhluk-Nya hidup tanpa karunia rezeki dari-Nya. Jaminan Allah ini bersifat pasti dan mutlak benar. Oleh karena itu, Rasulullah saw tidak pernah merasa iri dengan keberhasilan dunia seseorang. Beliau malah ikut senang bila melihat para sahabat berhasil, hidup makmur dan berkecukupan.

8. **Hanya Bicara yang Baik-baik Saja;** Rasulullah saw bersabda: "Bertutur kata yang baik adalah sedekah." (HR. Bukhori Muslim). Beliau juga selalu mengingatkan umatnya agar berkata yang baik-baik saja atau diam. Diam sama sekali, karena diam adalah emas. Sedang banyak bicara, apalagi bicara *ngalor-ngidul* (ghibah/ngrumpi/bicarakan aib orang lain) yang tidak mencerdaskan, bahkan suka mencela dengan kata-kata kotor bisa mematikan potensi hati dan mendatangkan penyakit. Tapi diam yang beliau maksud saat pada tempatnya. Beliau diam tepat pada waktu beliau memang harus diam. Dan ketika harus bicara, beliau berbicara. Bukan diam ketika seharusnya bicara, dan berbicara ketika seharusnya diam, seperti kecenderungan pemimpin kita saat ini.

9. **Aktif Menjaga Kebersihan;** Rasul selalu senantiasa rapi & bersih, tiap hari kamis atau Jumat beliau mencuci rambut-rambut halus di pipi, selalu memotong kuku, bersisir dan berminyak wangi. *"Mandi pada hari Jumat adalah wajib bagi setiap orang-orang dewasa. Demikian pula menggosok gigi dan memakai harum-haruman"* (HR Muslim). Rasulullah saw biasanya mencukur bulu di sekitar kemaluan dan ketiak sebelum menunaikan shalat jumat, artinya sepekan sekali. *"Ada lima hal yang termasuk kesucian: khitan, mencukur bulu kemaluan, mencabut bulu ketiak, memotong kuku, dan mencukur kumis."* (HR. Bukhori Muslim).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Mengikuti apa yang Rasulullah saw lakukan (ittiba') dalam masalah ini lebih mendekati taqwa. Ketimbang kita memelihara kuku dan menghiasinya dengan hiasan warna-warni karena setan biasanya senang bersemayam di kuku-kuku ini. Sabda Rasul saw, "Potonglah kuku-kuku kamu sesungguhnya setan bersembunyi pada kuku-kuku panjang." Atau membiarkan bulu-bulu di kedua wilayah tadi bagaikan hutan belantara.

Setiap akan melaksanakan shalat Rasulullah saw selalu membersihkan gigi dan mulut dengan siwak, sejenis kayu dari akar tetumbuhan. Beliau juga bersiwak ketika wudhu, ketika akan membaca Al-Quran dan bangun dari tidur. Kalau selesai makan biasanya beliau berkumur-kumur. Bahkan Rasulullah saw pernah mengatakan bahwa seandainya tidak memberatkan umat, beliau menganjurkan kaum muslimin membersihkan gigi dan mulut sebelum shalat. Memang hasil penelitian menunjukkan kayu siwak, yang ujungnya dihaluskan (seperti bulu sikat gigi), sangat efektif membersihkan gigi dan mulut. Kayu siwak mengandung zat-zat yang bisa menyehatkan gusi, menguatkan akar gigi, membuat mulut tidak berbau. Sekarang ekstrak kayu siwak juga sudah dijadikan bahan pasta gigi. *"Siwak itu membersihkan mulut dan mendatangkan ridha Allah swt."* (HR. Ahmad).

Rasulllah saw sangat peduli dengan kebersihan, termasuk kebersihan lingkungannya (sekitar rumah kita). Beliau tidak senang melihat lingkungan yang kotor, sampah berserakan atau air yang tergenang yang berpotensi menjadi sarang bibit penyakit. Beliau bahkan mengecam orang yang mencemari lingkungan: "Takutlah kalian pada tempat-tempat yang dilaknat dan orang-orang yang dilaknat, yaitu orang-orang yang buang air kecil dan buang air besar di jalan dan di tempat orang-orang berteduh!" (HR. Muslim, Ahmad dan Abu Daud)

10. **Selalu Dalam Keadaan Berwudhu;** Rasulullah saw orang yang selalu menjaga wudhu. Artinya kalau beliau batal, maka beliau segera berwudhu kembali, meskipun saat itu beliau tidak melaksanakan shalat. *Walhasil* kapanpun beliau selalu dalam kondisi berwudhu. Berwudhu bukanlah sekedar menghilangkan *hadats* kecil. Tapi lebih jauh, itu bisa menghindari tubuh dari penyakit, bagaimana tidak? Mulai dari telapak tangan, seluruh anggota wajah sampai kaki dibersihkan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Lalu nilai filosofisnya, orang yang selalu dalam keadaan berwudhu adalah orang yang ingin selalu dekat dengan Allah swt, Tuhan Yang Maha Suci. Dia juga senantiasa siap berbuat kebajikan. Wudhu menjadi tameng baginya dari berbuat yang dilarang agama. Sia-sia dia membasuh telapak tangan kalau akhirnya dengan tangannya itu dia mencuri. Rugilah dia membasuh wajah kalau wajahnya tidak sedap dipandang karena selalu cemberut, tampak marah atau penuh kecurigaan. Tidak ada gunanya dia bersihkan kedua telinganya kalau kemudian telinganya itu digunakan untuk mendengarkan hal-hal yang tidak baik. Dan seterusnya....! Dengan selalu membiasakan wudhu tiap saat, juga termasuk dapat meningkatkan sistem imun/kekebalan tubuh kita dari berbagai macam penyakit dan menjadikan emosi kita stabil dan terkontrol.

11. **Selalu Tadarus Al-Quran;** Al-Quran adalah mukjizat Rasulullah saw yang paling besar dan lestari. Coba anda perhatikan, sudah hampir 1500 tahun berlalu, mukjizat beliau masih bisa kita saksikan dan akan terus bisa disaksikan. Umur mukjizat beliau lebih panjang dari umur manusia manapun. Bandingkan dengan mukjizat nabi-nabi yang lain, yang hanya bersifat temporal dan lokal. Mukjizat nabi-nabi sebelum Rasulullah saw tidak bisa lagi disaksikan dan dikaji, tapi mukjizat beliau masih terus dikaji dan dijadikan pedoman hidup. Tapi ini tidak berarti kita mengecilkan arti mukjizat nabi-nabi lainnya.

    Al-Quran adalah kitab suci yang paling banyak dibaca oleh manusia. Bukan hanya oleh kaum Muslimin sebagai pemilik kitab itu, tapi juga oleh orang-orang non Muslim, dengan berbagai tujuan dan motivasi. Meskipun Al-Quran bukan buku teks sains, tapi dia banyak memuat informasi tentang fenomena alam yang setelah diteliti, terbukti kebenarannya. "Al-Quran itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang yang beriman. Dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan, sedang Al-Quran itu suatu kegelapan bagi mereka." (QS. Al-Fushshilat: 44).

    Dari Abu Umamah al Bahili, Rasulullah saw bersabda :
Bacalah Al Quran, karena sesungguhnya ia datang pada hari kiamat sebagai pemberi syafa'at kepada para pembacanya. Bacalah zahrawain; al Baqarah dan Ali Imran, karena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sesungguhnya keduanya datang pada hari kiamat seolah-olah keduanya awan atau dua naungan atau seolah-olah dua kelompok burung yang membentangkan sayap mereka membela para pembacanya. Bacalah al Baqarah, karena sesungguhnya mengambilnya adalah barakah dan meninggalkannya adalah kerugian dan para tukang sihir tidak mampu untuk mengalahkannya. (HR. Muslim).

Al-Quran bukan hanya petunjuk hidup bagi manusia, tapi juga penawar (obat) bagi penyakit-penyakit kejiwaan atau penyakit hati. Rasulullah saw selalu tadarus Al-Quran, mengingat kembali ayat-ayat yang telah Allah turunkan kepada beliau. Sehingga Al-Quran menjadi bagian yang integral dalam diri beliau, membentuk watak, sikap dan kepribadian beliau. Tidak heran kalau Ummul Mukminin, Aisyah ra. Mengatakan, bahwa akhlaq Rasulullah adalah Al-Quran.

12. **Senang Berbagi (Berinfaq dan Bersedekah);** Pernah suatu malam rasulullah tampak gelisah. Ini agak mengherankan istri beliau, setelah ditanya, ternyata beliau masih menyimpan uang 3 dirham yang belum beliau sedekahkan. Lalu beliau minta ijin pada istrinya untuk keluar sebentar. Tak lama berselang beliau pulang dengan wajah berseri-seri. Beliau mengatakan, bahwa uang itu sudah beliau sedekahkan!.

Tentu saja cara berpikir kita terbalik dengan cara berpikir Rasulullah saw. Kalau kita bisa tidur nyenyak karena banyaknya simpanan di Bank, dan gelisah kalau tidak mempunyai uang. Tapi beliau, justru gelisah ketika masih menyimpan uang, meskipun hanya 3 dirham. Kita gelisah ketika tidak mempunyai uang karena menganggap uang adalah sumber ketenangan, walaupun ini tidak bisa disalahkan. Bukankah kalau orang banyak uang dia bisa melakukan apa saja, termasuk berinfaq dan bersedekah? Rasulullah saw tenang dalam kemiskinan karena beliau hanya bersandar kepada Allah swt, karena Dia adalah segalanya bagi beliau.

Kisah di atas bukan dimaksudkan untuk memotivasikan anda agar selalu dalam kondisi tidak punya. Bukan begitu, meskipun dalam kondisi kekurangan sebaiknya kita tetap berbagi dengan sesama. Kalau kita terbiasa berinfaq dan bersedekah ketika sedang miskin, tentu tangan kita mudah terulur ketika kita kaya, atas izin Allah swt.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rasulullah saw bersabda: "Takutlah kalian pada api neraka, walaupun hanya dengan menyedekahkan separuh biji kurma. Apabila tidak mendapatkannya, cukup dengan berkata baik." (HR. Bukhari dan Muslim). Psikologi modern mengakui, berbagi dengan sesama-melalui infaq, sedekah dan sebagainya-adalah salah satu sarana untuk menghilangkan stres dan depresi. Kalaupun tidak hilang, setidaknya tekanan kejiwaan berkurang. Melalui kisah di atas, Rasulullah saw mengajarkan bahwa ketenangan bisa diperolah dengan cara berbagi kebahagiaan dengan orang lain. Janji Allah swt dalam firman-Nya: *"Barangsiapa membawa amal yang baik, Maka baginya (pahala) sepuluh kali lipat amalnya".* (QS. Al-An'am: 160)

13. **Banyak Menangis;** Rasulullah saw dalam kesendirian adalah sosok yang banyak sekali menangis. Bukan karena beliau banyak berdosa, sesuatu yang mustahil ada pada diri beliau. Sebab beliau bersifat *ma'sum,* terbebas dari berbuat kesalahan dan dosa. Beliau sudah dijamin oleh Allah akan masuk surga. Lalu mengapa beliau masih juga harus menangis? Beliau bersikap seperti demikian karena kerinduan yang mendalam pada Allah swt. Beliau ingin sekali bertemu kekasihnya, Allah 'Azza wa Jalla. Di samping itu, banyak sekali rahasia langit yang beliau ketahui, sampai-sampai beliau mengatakan, bahwa seandainya manusia tahu seperti yang beliau ketahui, maka mereka akan berhenti tertawa dan banyak menangis. Mungkin juga beliau sangat mengkhawatirkan umat beliau yang datang di kemudian dari. *"Aku haramkan neraka kepada mata yang selalu menangis karena takut kepada Allah swt."* (HR. Ahmad dan An-Nasa'i)

Merujuk pada hadits Rasulullah saw di atas, menangis bukanlah sesuatu yang memalukan atau hina, bukan juga tanda kelemahan jiwa. Justru orang banyak menangis menunjukkan kematangan emosinya, di samping bisa menyehatkan fisik dan mentalnya. Air mata diketahui mengandung berbagai hormon yang diproduksi oleh tubuh yang mengalami ketegangan jiwa. Ketika menangis, hormon-hormon ketegangan itu ikut hilang bersama air mata, sehingga jiwa kita akan tenang kembali. Jadi, menangis bisa menjadi sarana relaksasi, juga sebagai pelepas racun yang ada di dalam air mata.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dr. William Frey melakukan penelitian tentang menangis di pusat penelitian mata dan air mata, di Sant Pholl Rams Medical Centre. Hasilnya sangat mengejutkan. Menangis sangat berguna bagi kesehatan jiwa dan emosi. Oleh karena itu, kesalahan besar kalau kita menahan-nahan tangis, padahal menangis bisa melepaskan seseorang dari ketegangan jiwanya.

14. **Banyak Mengingat Mati;** di samping banyak menangis, Rasulullah saw juga banyak mengingat mati. Mungkin kita bertanya: "Bukankah tanpa diingatpun kematian pasti akan datang menghampiri? Jadi buat apa diingat-ingat?" Mengingat mati adalah sarana introspeksi diri (muhasabah) dan bisa menjadi pengendali nafsu mengejar dunia. Mengingat mati bukan dimaksudkan untuk menghilangkan keinginan menjadi kaya raya. Tapi bagaimana hidup itu tidak diorientasikan kepada mencari kesenangan duniawi semata. Sesungguhnya apa yang Rasulullah saw lakukan adalah pelajaran bagi kita, umat beliau yang datang jauh setelah kematian beliau. Kita hidup di zaman yang sangat memuja dunia, sehingga semua keberhasilan parameternya adalah materi. Bukan indahnya tingkah laku, ketawadhu'an dan sebagainya yang mempunyai nilai-nilai spiritual.

    Rasulullah saw bersabda: "Perbanyaklah mengingat penakluk kenikmatan." (HR. Baihaqi). Pakar hadits menyatakan bahwa sanad (jalur periwayatan) hadits di atas lemah. Tapi bagi kita, isi hadits tersebut sangat baik bagi jiwa. Karena dengan mengingat "penakluk kenikmatan" atau kematian, kita disadarkan bahwa hidup di dunia ini hanya sebentar saja. Seperti musafir yang singgah di sebuah desa, beristirahat sejenak, kemudian melanjutkan perjalanan kembali. Dengan banyak mengingat mati, diharapkan kita mempersiapkan bekal untuk dibawa ke kampung akhirat.

15. **Minum Air Putih dan Madu;** Nabi biasa membuka sarapan dengan air putih dan sesendok madu. Dua unsur ini sangat luar biasa manfaatnya. Madu terkenal sebagai penyembuh dan air putih kaya akan mineral yang mencukupi kebutuhan tubuh akan cairan dan sebagai pencuci hati. Madu juga terkenal sebagai unsur yang dapat membersihkan usus dan mencegah peradangan. Menu ini sangat luar biasa, karena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

madu mengandung hampir semua zat yang dibutuhkan oleh tubuh, seperti glukosa, fruktosa, protein, asam amino, mineral dan lain-lain. Dan satu sendok makan madu murni ternyata mengandung 64 kalori, di samping bisa juga menjadi antibiotik. Sedangkan menjelang siang, kira-kira pukul 09.00-10.00, Rasulullah saw biasanya makan 7 butir kurma ajwa'. Beliau bersabda: "Barang siapa makan tujuh butir kurma, maka akan terlindung dari racun."

16. **Mengkonsumsi Minyak Zaitun;** Saat siang dan menjelang sore, Nabi juga biasa mengkonsumsi cuka, minyak zaitun dan roti. Kombinasi makanan ini ternyata dapat menguatkan tulang, mencegah kepikunan serta menghancurkan kolesterol jahat dalam tubuh. pada musim dingin, makanan ini sangat baik menjaga kestabilan suhu tubuh.
17. **Gemar Berjalan Kaki**; Rasulullah saw selalu berjalan kaki ke Masjid, Pasar, medan jihad, mengunjungi rumah sahabat, dan sebagainya. Dengan berjalan kaki, keringat akan mengalir, pori-pori terbuka dan peredaran darah akan berjalan lancar. Ini penting untuk mencegah penyakit jantung.
18. **Makan Sayuran di Malam Hari;** Konsumsi sayuran di malam hari juga di lakukan Rasulllah saw. beberapa riwayat mengatakan, Rasulullah saw selalu mengonsumsi sana al makki dan sanut. Meurut Prof. Dr. Musthofa, di Mesir keduanya mirip dengan sabbath dan ba'dunis. Nama-nama ini tak lain adalah sayuran yang juga banyak kita temui di negara kita. Bentuk olahan sayuran tertentu banyak ragamnya, seperti Capcay, Sayur Lodeh, Sayur Sup, sayur bayam dan lain-lain. Rasulullah biasanya tidak langsung tidur setelah makan malam, melainkan beraktivitas terlebih dulu supaya makanan yang di konsumsi masuk lambung dengan cepat dan baik sehingga mudah di cerna, caranya juga bisa dengan shalat. Rasulullah saw sering menyempatkan diri untuk berolahraga. Terkadang ia berolahraga sambil bermain dengan anak-anak dan cucu-cucunya. Pernah pula Rosulullah lomba lari dengan istri tercintanya Aisyah r.a. Rasulullah saw tidak menganjurkan umatnya untuk begadang. Biasanya ia tidur lebih awal supaya bisa bangun lebih pagi. Istirahat yang cukup dibutuhkan oleh tubuh karena tidur termasuk hak tubuh. Terbukti apa yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dilakukan Nabi saw ini sangat baik karena sesuai sesuai dengan irama biologis tubuh.

B. Pola Tidur

1. **Anjuran Rasulullah Sebelum Pergi Tidur**: Rasulullah saw berpesan kepada Aisyah ra: "Ya Aisyah jangan engkau tidur sebelum melakukan empat perkara, yaitu: Sebelum khatam Al-Quran, Sebelum membuat para Nabi memberimu syafaat di hari akhir, sebelum para muslim meridhoi kamu, sebelum kau melaksanakan haji dan umroh, Bertanya Aisyah: "Ya Rasulullah, Bagaimana aku dapat melaksanakan empat perkara seketika?" Rasul tersenyum dan bersabda: "Jika engkau tidur bacalah surat Al-Ikhlas 3x seakan-akan kau menghatamkan Al-Qur'an."; "Membaca sholawat untuk ku dan para Nabi sebelum aku, maka kami semua akan memberi syafa'at di hari kiamat". *Bismillaahir rohmaanir rohiim, Allahumma shollii alaa Muhammad wa'alaa alii Muhammad* (3x)"; "Beristighfarlah untuk para muslimin maka mereka akan meridhoi kamu." *Astagfirullahalazim alladzii laa ilaaha illaa huwal hayyul qoyyum wa atuubu ilaih* (3x); Perbanyaklah bertasbih, bertahmid, bertahlil, bertakbir, maka seakan-akan kamu telah melaksanakan ibadah haji dan umroh". *Subhanallahi Walhamdulillaahi wa Laailaaha illallahu Allahu Akbar* (3x). Dari 'Aisyah, beliau r.ah berkata:

كَانَ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ كُلَّ لَيْلَةٍ جَمَعَ كَفَّيْهِ ثُمَّ نَفَثَ فِيهِمَا فَقَرَأَ فِيهِمَا (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) وَ (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ) وَ (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ) ثُمَّ يَمْسَحُ بِهِمَا مَا اسْتَطَاعَ مِنْ جَسَدِهِ يَبْدَأُ بِهِمَا عَلَى رَأْسِهِ وَوَجْهِهِ وَمَا أَقْبَلَ مِنْ جَسَدِهِ يَفْعَلُ ذَلِكَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ

"Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam ketika berada di tempat tidur di setiap malam, beliau mengumpulkan kedua telapak tangannya lalu kedua telapak tangan tersebut ditiup dan dibacakan 'Qul huwallahu ahad' (surat Al Ikhlash), 'Qul a'udzu birobbil falaq' (surat Al Falaq) dan 'Qul a'udzu birobbin naas' (surat An Naas). Kemudian beliau mengusapkan kedua telapak tangan tadi pada anggota tubuh yang mampu dijangkau dimulai dari kepala, wajah, dan tubuh bagian depan. Beliau melakukan yang demikian sebanyak tiga kali." (HR. Bukhari no. 5017)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. **Tidur siang:** Dari Anas bin Malik, bahwasannya ia berkata; Rasulullah saw bersabda; Tidur siang (Qailulah), karena setan-setan tidak tidur siang (HR Abu Nu'aim dalam kitab ath-Thibb, dan ath-Thabrani) Yang dimaksud dengan qailulah adalah istirahat di tengah hari, walaupun tidak disertai tidur. (An-Nihayah fi Gharibil Hadits) Tidur siang selama antara 20–30 menit banyak manfaatnya bagi manusia. Tidur siang ini berfungsi untuk stamina, serta meningkatkan produktivitas dan kreativitas kerja.
3. **Cepat tidur dan cepat bangun.** Dari Abu Barzah, bahwasannya Rasulullah saw membenci tidur sebelum shalat 'Isya dan berbincang-bincang setelahnya." (HR. Bukhari) Pengaruh bergadang terhadap kesehatan menurut Dr. Harvey Moldofsky, Direktur Center for Sleep and Chronobiology di Universitas Toronto, akan merusak jam biologis. Dan dampak selanjutnya akan mempengaruhi sistem hormon yang bisa membantu pemulihan jaringan di seluruh badan.

   Beliau tidur di awal malam dan bangun pada pertengahan malam kedua. Biasanya, Rasulullah saw bangun dan bersiwak, lalu berwudhu dan shalat sampai waktu yang diizinkan Allah. Beliau tidak pernah tidur melebihi kebutuhan, namun tidak pula menahan diri untuk tidur sekadar yang dibutuhkan. Penelitian Daniel F Kripke, ahli psikiatri dari Universitas California menarik untuk diungkapkan. Penelitian yang dilakukan di Jepang dan Amerika Serikat selama 6 tahun dengan responden berusia 30-120 tahun mengatakan bahwa orang yang biasa tidur 8 jam sehari memiliki resiko kematian yang lebih cepat. Sangat berlawanan dengan mereka yang biasa tidur 6-7 jam sehari. Nah, Rasulullah saw biasa tidur selepas Isya untuk kemudian bangun malam. Jadi beliau tidur tidak lebih dari 8 jam.
4. **Tidur di sisi kanan dan manfaatnya:** Dari Barra' bin 'Azib, bahwasannya Rasulullah saw bersabda apabila kau hendak tidur, maka berwudlulah seperti wudlumu untuk shalat, kemudian berbaringlah di sisi kanan, kemudian bacalah do'a (yang artinya) *"Ya Allah sesungguhnya Aku telah tundukkan wajahku kepadaMu, dan aku serahkan urusanku kepadaMu,*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan aku tundukkan punggungku di hadapan-Mu dengan penuh harapan dan rasa takut kepadaMu. Tidak ada tempat berlindung dan tempat menyelamatkan diri dariMu melainkan kepada-Mu, aku beriman kepada kitab yang Engkau telah turunkan dan beriman kepada Nabi yang Engkau telah utus", dan jadikanlah kalimat itu sebagai akhir perkataanmu, jika engkau mati pada malam hari itu, kau mati dalam keadaan fitrah. Rahasia tidur dengan posisi seperti ini, darah akan lebih terdistribusi ke seluruh tubuh sehingga kerja jantung akan lebih ringan. Selain itu juga memberikan kesempatan kepada lambung untuk beristirahat.

Ibnul Qayyim Al Jauziyyah dalam buku Metode Pengobatan Nabi mengungkapkan bahwa Rasul tidur dengan memiringkan tubuh ke arah kanan, sambil berdzikir kepada Allah hingga matanya terasa berat. Terkadang beliau memiringkan badannya ke sebelah kiri sebentar, untuk kemudian kembali ke sebelah kanan. Tidur seperti ini merupakan tidur paling efisien. Rasulullah saw menganjurkan kita untuk memulai tidur dalam posisi miring ke arah kanan. Kenapa tidur harus miring ke arah kenan dan bukan ke kiri? Jawaban tepatnya hanya Allah swt dan Rasul-Nya yang mengetahui. Namun demikian, rupanya alasan-alasannya dapat dihubungkan dengan ilmu pengetahuan yang berdasarkan tinjauan anatomi dan fisiologi, manfaat tidur dengan posisi miring ke arah kanan adalah sebagai berikut:

a. Mengistirahatkan Otak Sebelah Kiri. Secara anatomi, otak manusia terbagi menjadi dua, yaitu otak kanan dan otak kiri. Bagian kanan adalah otak kanan yang mempersarafi organ tubuh sebelah kiri dan sebaliknya. Umumnya, umat muslim menggunakan organ tubuh bagian kanan sebagai anggota tubuh yang dominan dalam beraktifitas, seperti makan, minum, menulis, memegang sesuatu, dan sebagainya. Dengan tidur dengan posisi miring ke arah kanan, maka otak bagian kiri yang mempersarafi segala aktifitas tubuh bagian kanan akan terhindar dari bahaya yang timbul akibat sirkulasi yang melambat saat tidur (diam). Bahaya tersebut meliputi pengendapan bekuan darah, lemak, asam sisa oksidasi, dan peningkatan kecepatan *aterosklerosis* atau penyempitan pembuluh darah. Sehingga jika seseorang berisiko terkena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

stroke, maka yang berisiko adalah otak bagian kanan dengan akibat kelumpuhan pada sebelah kiri (bagian yang tidak dominan).

b. Mengurangi Beban Jantung. Posisi tidur ke sebelah kanan yang rata memungkinkan cairan tubuh (darah) terdistribusi merata dan terkonsentrasi di sebelah kanan (bawah). Hal ini akan menyebabkan beban aliran darah yang masuk dan keluar jantung akan lebih rendah. Dampak posisi ini adalah denyut jantung menjadi lebih lambat, tekanan darah pun akan cenderung menurun. Kondisi semacam ini akan membantu meningkatkan kualitas tidur.

c. Mengistirahatkan Lambung. Lambung manusia berbentuk seperti tabung berbentuk koma dengan ujung katup keluaran menuju usus menghadap ke arah kanan bawah. Jika seseorang tidur ke sebelah kiri, maka proses pengeluaran chyme (makanan yang telah dicerna lambung) menjadi sedikit terganggu. Hal ini akan menghambat proses pengosongan lambung. Tetapi untuk menetralkan semua, maka Rasulullah kadang tidur ke arah kiri untuk sebentar saja.

d. Mengistirahatkan. Pengosongan Kandung Empedu dan Pankreas. Adanya aliran chyme yang lancar akan menyebabkan keluaran cairan empedu juga meningkat. Hal ini akan mencegah pembentukan batu kandung empedu. Keluaran getah pankreas juga akan meningkat dengan posisi miring ke kanan.

e. Meningkatkan Waktu Penyerapan Zat Gizi. Saat tidur pergerakan usus meningkat. Dengan posisi miring ke kanan, maka perjalanan makanan yang telah tercerna dan siap diserap akan menjadi lebih lama. Hal ini disebabkan posisi usus halus hingga usus besar ada di bawah. Waktu yang lama selama tidur memungkinkan penyerapan dapat optimal.

f. Merangsang Buang Air Besar. Dengan tidur miring ke sebelah kanan, proses pengisian usus besar sigmoid (sebelum anus) akan lebih cepat penuh. Jika sudah penuh, maka akan merangsang gerak usus besar diikuti relaksasi dari otot anus sehingga mudah buang air besar.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

g. Mengistirahatkan Kaki Kiri. Pada orang dengan pergerakan kanan, secara ergonomis guna menyeimbangkan posisi saat beraktivitas cenderung menggunakan kaki kiri sebagai pusat pembebanan. Sehingga kaki kiri cenderung lebih merasa pegal daripada kaki kanan. Apalagi kaki berada pada posisi bawah yang aliran darah baliknya cenderung rendah atau lambat. Jika tidur miring ke kanan, maka pengosongan vena kaki kiri akan lebih cepat sehingga rasa pegal lebih cepat hilang.

C. Pola Makan

1. **Keseimbangan Makan:** Dari Ma'dikarib, bahwasannya ia berkata, Aku mendengar Rasulullah saw bersabda *"Tiada ada bejana anak Adam yang diisi oleh manusia yang lebih buruk dari perutnya, cukuplah baginya memakan beberapa suapan sekedar dapat menegakkan tulang punggungnya (memberikan tenaga), maka jika tidak mau, maka ia dapat memenuhi perutnya dengan sepertiga makanan, sepertiga minuman dan sepertiga lagi untuk bernafasnya."* (HR. Ahmad, Ibnu Majah).

   Tidak makan sebelum lapar dan berhenti makan sebelum kenyang. Aturannya, kapasitas perut dibagi ke dalam tiga bagian, yaitu sepertiga untuk makanan (zat padat), sepertiga untuk minuman (zat cair), dan sepertiga lagi untuk udara (gas). Disabdakan. "Anak Adam tidak memenuhkan suatu tempat yang lebih jelek dari perutnya. Cukuplah bagi mereka beberapa suap yang dapat memfungsikan tubuhnya. Kalau tidak ditemukan jalan lain, maka (ia dapat mengisi perutnya) dengan sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiganya lagi untuk pernafasan" (HR Ibnu Majah dan Ibnu Hibban).

   Makan dengan tenang, tuma'ninah, tidak tergesa-gesa, dengan tempo sedang. Apa hikmahnya? Cara makan seperti ini akan menghindarkan tersedak, tergigit, kerja organ pencernaan pun jadi lebih ringan. Makanan pun bisa dikunyah dengan lebih baik, sehingga kerja organ pencernaan bisa berjalan sempurna. Makanan yang tidak dikunyah dengan baik akan sulit dicerna. Dalam jangka waktu lama bisa menimbulkan kanker di usus besar.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dengan cara menyeimbangkan konsumsi makanan seperti ini bukan hanya menyebabkan kesehatan fisik, namun juga menjaga kesehatan ruhiyah. Sehingga tidak timbul rasa malas untuk melaksanakan berbagai ibadah kepada Allah swt. Ini tidak kalah pentingnya dengan pemilihan menu. Sebab setinggi apapun gizinya, kalau pola konsumsinya tidak teratur, akan buruk juga akibatnya. Yang paling penting adalah menghindari *isrof* atau berlebihan. Ketika seseorang terlalu banyak makanannya, maka lambungnya akan penuh dan pernafasannya tidak bagus, sehingga zat-zat yang terkandung dalam makanan tersebut menjadi tidak berfungsi dengan baik. Imbasnya, kondisi fisik menjadi tidak prima, dan aktifitaspun tidak akan maksimal.

2. **Menjaga Kesehatan Makanan dan Minuman:** Dari Abu Sa'id Al Khudri bahwa *Nabi saw melarang untuk meniup ke dalam minuman.* Kemudian seorang laki-laki berkata, *"Lalu bagaimana bila aku melihat kotoran di dalam bejana?"* Beliau bersabda: *"Kalau begitu, tumpahkanlah."* Ia berkata lagi, *"Sungguh, aku tidaklah puasa dengan sekali tarikan nafas."* Beliau bersabda: *"Kalau begitu, jauhkanlah bejana (tempat untuk minum) dari mulutmu."* (HR at-Tirmidzi). Dari Abu Qatadah; Bahwa *Nabi saw melarang menghembuskan nafas di dalam bejana (ketika minum).* (HR al-Bukhari dan Muslim). Orang yang bernafas mengeluarkan karbon (CO_2), dan jika zat ini bersenyawa dengan air maka akan mencemari air di dalam gelas. Bila petunjuk Rasulullah saw ini kita kembangkan, maka kita harus menjauhkan dari hal-hal yang menjadikan bahan makanan kita mengandung zat-zat yang berbahaya bagi kesehatan tubuh kita.
3. **Menutup Tempat Makanan:** Dari Jabir bin 'Abdullah ia berkata; Aku mendengar Rasulullah saw bersabda: *"Tutuplah bejana-bejana, dan ikatlah tempat-tempat minuman, karena di suatu malam pada setiap tahunnya akan ada wabah penyakit (berbahaya) yang akan jatuh ke dalam bejana dan ketempat-tempat air yang tidak tertutup."* (HR Muslim). Makanan dan minuman yang terbuka sangat mudah terkena debu ataupun dimasuki binatang-binatang pembawa kuman, seperti lalat,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cicak dan lain-lainnya. Anjuran Rasulullah saw untuk menutup makanan agar tidak kemasukan kuman sangat jelas di dalam hadits ini.

4. **Makan Buah-buahan:** Dari sa'd, bahwasannya ia berkata, "Aku mendengar Abdullah bin Ja'far berkata, *"Aku melihat Nabi saw makan kurma segar dengan qitsa' (sejenis mentimun)."* Sabda Rosul: *"Cairkan makanan kalian dengan berzikir kepada Allah swt dan shalat, serta janganlah kalian langsung tidur setelah makan karena dapat membuat hati kalian menjadi keras"* (HR Abu Nu'aim dari Aisyah r.a).

   Rasulullah juga melarang untuk *idkhol at thoam alatthoam,* alias makan lagi sesudah kenyang. Suatu hari, di masa setelah wafatnya Rasulullah, para sahabat mengunjungi Aisyah ra. Waktu itu daulah islamiyah sudah sedemikian luas dan makmur. Lalu, sambil menunggu Aisyah ra, para sahabat, yang sudah menjadi orang-orang kaya, saling bercerita tentang menu makanan mereka yang meningkat dan bermacam-macam. Aisyah ra, yang mendengar hal itu tiba-tiba menangis. "apa yang membuatmu menangis, wahai bunda?" tanya para sahabat. Aisyah ra lalu menjawab, *"Dahulu Rasulullah tidak pernah mengenyangkan perutnya dengan dua jenis makanan. Ketika sudah kenyang dengan roti, beliau tidak akan makan kurma, dan ketika sudah kenyang dengan kurma, beliau tidak akan makan roti"*. Dan penelitian membuktikan bahwa berkumpulnya berjenis-jenis makanan dalam perut telah melahirkan bermacam-macam penyakit. Maka sebaiknya jangan gampang tergoda untuk makan lagi, kalau sudah yakin bahwa anda sudah kenyang.

   Rasulullah tidak makan dua jenis makanan panas atau dua jenis makanan yang dingin secara bersamaan. Beliau juga tidak makan ikan dan daging dalam satu waktu dan juga tidak langsung tidur setelah makan malam, karena tidak baik bagi jantung. Beliau juga meminimalisir dalam mengkonsumsi daging, sebab terlalu banyak daging akan berakibat buruk pada persendian dan ginjal. Pesan Umar ra *"Jangan kau jadikan perutmu sebagai kuburan bagi hewan-hewan ternak!"*. Ayam, kambing, lembu, kerbau semuanya masuk karena tidak baik bagi kesehatan. Dari sini kita bisa tahu bahwa ternyata

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rasulullah sangat memperhatikan masalah gizi dan menu makanan. Dan di tengah mengaburnya semangat untuk mengikuti sunnah rasul, ini bisa menjadi spirit untuk memulai menghidupkannya kembali. Apalagi menu-menu tersebut terbukti bisa dipertanggungjawabkan secara kesehatan (Musthofa Romadlon, 2010).

5. **Istiqamah Berpuasa Sunnah**. Karena itu, kita mengenal beberapa puasa sunnat yang beliau anjurkan, seperti Puasa hari Senin dan Kamis, Puasa *ayyamul bith* (pertengahan bulan hijriyah tanggal 13, 14 & 15), puasa Daud, Puasa enam hari di bulan Syawal. Puasa adalah perisai terhadap berbagai macam penyakit jasmani maupun ruhani. Pengaruhnya dalam menjaga kesehatan, melebur berbagai berbagai ampas makanan, manahan diri dari makanan berbahaya sangat luar biasa. Puasa menjadi obat penenang bagi stamina dan organ tubuh sehingga energinya tetap terjaga. Puasa sangat ampuh untuk detoksifikasi (pembersihan racun) yang sifatnya total dan menyeluruh.

   Yang tak kalah penting dari ikhtiar lahir, Rasulullah sangat mantap dalam ibadah ritualnya, khususnya dalam shalat. Beliau pun memiliki keterampilan paripurna dalam mengelola emosi, pikiran dan hati. Penelitian-penelitian terkini dalam bidang kesehatan membuktikan bahwa kemampuan dalam memenej hati, pikiran dan perasaan, serta ketersambungan yang intens dengan Dzat Yang Mahatinggi akan menentukan kualitas kesehatan seseorang, jasmani maupun rohani (Abu Ikhsan, 2010).

D. Pola Hidup Bersih

1. **Menjaga Kebersihan Gigi Dengan Bersiwak:** Dari Anas, bahwasanya ia berkata, "Rasulullah saw bersabda: *"Aku telah terlalu sering memperingatkan kalian untuk selalu bersiwak."* (HR al- Bukhari). dari Hudzaifah berkata, *"Jika Nabi saw bangun di malam hari, beliau membersihkan mulutnya dengan siwak."* (HR al- Bukhari dan Muslim). Dari Abu Hurairah ra, bahwa Rasulullah saw bersabda: *"Sekiranya tidak memberatkan ummatku atau manusia, niscaya aku akan perintahkan kepada mereka untuk bersiwak (menggosok gigi) pada setiap kali hendak shalat."* (HR

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

al-Bukhari dan Muslim). Mulut adalah rongga tempat mengolah makan pertama kali. Karena itu di dalam mulut sering ada sisa-sisa makanan. Sisa-sisa ini akan menjadi tempat tumbuh dan berkembangnya penyakit apabila tidak dibersihkan. Anjuran Rasulullah saw untuk bersiwak (gosok gigi) menunjukkan perhatian beliau yang sangat tinggi terhadap kesehatan.

2. **Menjaga kebersihan tubuh:** Dari Aisyah dia berkata, "Rasulullah saw bersabda: *"Ada sepuluh perkara dari fitrah; mencukur kumis, memanjangkan jenggot, bersiwak, beristinsyaq (memasukkan air ke dalam hidung), memotong kuku, bersuci dengan air, mencabut bulu ketiak, mencukur bulu kemaluan dan beristinja' dengan air."* Zakariya berkata, Mush'ab berkata, "Dan aku lupa yang kesepuluh, kemungkinan adalah *berkumur-kumur."* (HR Muslim). Di dalam riwayat lain, dari Abu Hurairah dari Nabi saw, beliau bersabda: *"Fithrah itu ada lima, atau ada lima fithrah yaitu: khitan, mencukur bulu kemaluan, memotong kuku, mencabut bulu ketiak, dan mencukur kumis.".* Baik dalam lima atau yang sepuluh hal di dalam hadits di atas semuanya mengajarkan kebersihan tubuh. Dan kebersihan tubuh akan menjauhkan seseorang dari kuman yang menyebabkannya menjadi sakit.
3. **Menjaga Kebersihan air:** Dari Abu Hurairah dari Nabi saw, beliau bersabda: *"Janganlah salah seorang di antara kalian kencing di air yang menggenang kemudian dia mandi darinya."* (HR al-Bukhari dan Muslim). Air kencing mengandung banyak zat-zat beracun yang dikeluarkan dari dalam tubuh. Jika seseorang kencing di dalam air yang menggenang dan tidak mengalir lalu mandi dengan air itu, maka artinya ia mandi dengan air yang mengandung banyak zat yang berbahaya bagi tubuhnya. Tindakan ini bisa berakibat buruk bagi kesehatan seseorang.

E. Selektif Konsumsi Makanan *Halalan Thoyyiban*

Seperti yang kita ketahui, Rasulullah hanya dua kali sakit. yaitu tatkala menerima wahyu pertama, saat itu beliau mengalami ketakutan yang sangat karena malaikat jibril menampakkan wujud aslinya sehingga hatinya berdebar-debar ketakutan, badannya menggigil dan demam. Dan yang satunya lagi di usianya yang senja menjelang beliau wafat. Saat itu beliau mengalami sakit demam yang sangat parah hingga akhirnya beliau wafat. Dari sana kita

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bisa mengambil kesimpulan bahwa Rasulullah mempunyai fisik sehat dan daya tahan luar biasa. padahal kita tahu di jazirah Arab sana cuacanya sangat panas, tandus dan kurang bersahabat. Siapa pun yang mampu bertahan puluhan tahun dalam kondisi tersebut, ditambah lagi berpuluh-puluh kali peperangan yang beliau jalani.

Mengapa Rasulullah saw memiliki daya tahan tubuh yang kuat dan jarang sakit? Pertanyaan ini menarik untuk dikemukakan. Secara lahiriah, Rasulullah saw jarang sakit karena mampu mencegah hal-hal yang berpotensi mendatangkan penyakit. Dengan kata lain, beliau sangat menekankan aspek pencegahan daripada pengobatan. Jika kita pelajari lebih dalam Alquran dan Sunnah, maka kita akan menemukan sekian banyak petunjuk yang mengarah pada upaya pencegahan terhadap sakit. Hal ini mengindikasikan betapa Allah Ta'ala dan Rasulullah saw sangat peduli terhadap kesehatan. Dalam Shahih Bukhari saja tak kurang dari 80 hadis yang membicarakan masalah ini. Belum lagi yang tersebar luas dalam kitab Shahih Muslim, Sunan Abu Dawud, Tirmidzi, Baihaqi, Ahmad, dan lainnya.

Bila kita rangkum, maka akan kita dapat lima cara Rasulullah saw menjaga kesehatan. Selektif terhadap makanan. Tidak ada makanan yang masuk ke mulut beliau, kecuali makanan tersebut memenuhi syarat halal dan thayyib (baik). Halal berkaitan dengan urusan akhirat, yaitu halal cara mendapatkannya dan halal barangnya. Sedangkan thayyib berkaitan dengan urusan duniawi, seperti baik tidaknya atau bergizi tidaknya makanan yang dikonsumsi. Salah satu makanan kegemaran Rasul adalah madu. Beliau biasa meminum madu yang dicampur air untuk membersihan air liur dan pencernaan. Rasul bersabda, *"Hendaknya kalian menggunakan dua macam obat, yaitu madu dan Al-Quran"* (HR. Ibnu Majah dan Hakim).

Zat gizi dari makanan berfungsi sebagai zat yang kita butuhkan untuk melaksanakan kegiatan-kegiatan kehidupan sekaligus sebagai pembentuk struktur sel dan organ tubuh. Dengan zat gizi pula tubuh dapat membentuk sel-sel keturunan (sperma dan ovum), menumbuhkembangkan hasil pembuahan menjadi janin, kemudian menjadi bayi, dan selanjutnya zat gizi digunakan untuk menumbuhkembangkan bayi menjadi anak, lalu menjadi remaja dan kemudian menjadi dewasa. Karena fungsi tersebut, adalah logis bila Allah swt memerintahkan kita

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengkonsumsi makanan yang halal dan baik (*thayyiban*) seperti yang tertera dalam Al-Quran, antara lain:
Surat Al-Baqarah ayat 168:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

"Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan; karena Sesungguhnya setan itu adalah musuh yang nyata bagimu".

Surat Al-Maidah ayat 88:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ

"Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezekikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya".

Surat An-Nahl ayat 114:

فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ

"Maka makanlah yang halal lagi baik dari rezki yang telah diberikan Allah kepadamu; dan syukurilah nikmat Allah, jika kamu hanya kepada-Nya saja menyembah".

Menurut Psikolog Prof Dr Dadang Hawari, Makanan dan minuman yang dikonsumsi akan menjadi darah dan daging dalam tubuh. Makanan yang halal dan baik atau *halalan thoyyiban* merupakan syarat utama saat kita mengonsumsi makanan. Makanan yang halal bisa memberikan perasaan tentram, sedangkan makanan yang haram tidak akan memberikan ketenangan dalam hidup. Halal, disini kata dia, adalah baik makanan itu sendiri maupun dari cara mendapatkannya. Meskipun makanan itu halal dan zat yang terkandung juga halal, tetapi jika diperolah dengan cara yang tidak baik akan menjadi haram. Mengapa makanan halal penting? "karena makanan dan minuman yang kita konsumsi akan menjadi darah dan daging

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam tubuh kita," ujarnya. Yang dimaksud dengan halal, bukan hanya sekedar halal dalam zatnya, tapi juga halal dalam cara memperolehnya. Halal dalam zatnya, berarti makanan dan minuman tidak terbuat dari bahan makanan yang diharamkan; babi, darah, bangkai, dan sembelihan yang disembelih atas nama selain Allah (Al-Baqarah: 173, Al-Maidah: 3, dan An-Nahl: 115). Selain dari itu, minuman yang memabukkan (khamr) seperti alkohol dan Narkoba juga diharamkan Allah swt (Al-Maidah: 90 dan Al-Baqarah: 219).

Muslim Indonesia harus memperhatikan bagaimana cara memperoleh makanan dan minuman *halalan, thoyyiban*. Memperoleh makanan dengan cara yang haram (korupsi, mencuri, merampok, dll.) akan menyebabkan Allah swt murka kepadanya, seperti diterangkan dalam surat Thaha ayat 81:

كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِي وَمَنْ يَحْلِلْ عَلَيْهِ غَضَبِي فَقَدْ هَوَى

makanlah di antara rezki yang baik yang telah Kami berikan kepadamu, dan janganlah melampaui batas padanya, yang menyebabkan kemurkaan-Ku menimpamu. dan Barangsiapa ditimpa oleh kemurkaan-Ku, Maka Sesungguhnya binasalah ia.

Perlu pula diingat bahwa seseorang yang sering mengkonsumsi makanan dan minuman yang tidak halal atau haram, baik dalam zatnya maupun dalam cara memperolehnya, mempunyai akibat yang berat baginya. Menurut Hadits riwayat Imam Muslim dari Abu Hurairah r.a., Rasulullah saw bersabda bahwa doa seseorang tidak akan dikabulkan Allah swt bila dalam makanan, minuman, pakaian terdapat hal-hal yang diharamkan.

Dalam mengkonsumsi makanan, harus diperhatikan peringatan Allah swt. dalam surat Al A'raf: 31, Makan dan minumlah kamu sekalian, tetapi janganlah melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak mencintai/tidak suka terhadap hal-hal yang melampaui batas.? Jumlah asupan zat gizi dari makanan menurut ilmu gizi ada dua batas, yaitu batas angka maksimum dan batas angka minimum. Bila asupan makanan/minuman kurang dari batas angka minimum akan timbul masalah gizi-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kurang seperti kurang energi-protein, kurang vitamin A yang menyebabkan kebutaan, kurang zat besi yang menyebabkan anemia, dll. Batas angka maksimum juga tidak boleh dilampaui. Bila asupan makanan melebihi batas angka maksimum akan timbul pula masalah seperti kegemukan, kolesterol tinggi, asam urat tinggi, dll (www.percikaniman.org, 2009).

Maraknya peredaran makanan dan minuman cepat saji pada zaman modern ini seharusnya membuat umat muslim agar lebih waspada terhadap dampak positif dan negatifnya. Apakah dampak positif lebih banyak didapat ataukah sebaliknya?. Waspadalah dengan tercampurnya beberapa makanan, minuman bahkan obat-obatan dengan "minyak atau daging babi". Karena dapat menimbulkan dampak negatif pada diri manusia yaitu: harga diri manusia hilang (hilangnya rasa malu, berganti-ganti pasangan), jorok (tidak suka kebersihan) dan pembangkang (selalu melanggar disiplin). Oleh sebab itu, babi diharamkan untuk dikonsumsi bagi umat muslim. Ada sebuah info dari dr. Sutji M. Ikatan Dokter Indonesia (IDI) menyatakan bahwa saat ini ada wabah pengerasan otak dan sumsum tulang belakang, sehingga menyarankan untuk menghindari dan mengkonsumsi produk–produk minuman/makanan berikut: extra-joss, M-150, kopi susu gelas, kiranti, kratingdaeng, hemaviton, neo hormoviton, marimas, frutillo, segar sari, pop ice, segar dingin vit. C, okky jelly drink, inaco, gatorade, nabati, adem sari, naturade gold, aqua splash fruit dan tropicanaslim karena mengandung *Aspartame* (lebih keras dari biang gula) racun yang menyebabkan diabetes, kanker otak dan bisa mematikan sumsum tulang belakang.

Alhamdulillah dan terima kasih kepada Lembaga Pengkajian Pangan, Obat, dan Kosmetika Majelis Ulama Indonesia (LPPOM MUI) yang terus tekun meneliti adanya zat-zat yang diharamkan di dalam makanan, minuman, dan kosmetika yang dikonsumsi banyak masyarakat. Sertifikasi yang dikeluarkan LPPOM MUI dan dicantumkan pada label makanan, minuman, dan kosmetika dapat jadi jaminan kehalalan suatu produk. Sertifikat halal sangat membantu masyarakat dalam memilih makanan, minuman, dan kosmetika sebelum dibeli. Selain makanan itu harus halal, Al-Quran menyatakan bahwa makanan itu harus baik (*thayyib*), sesuai dengan firman Allah swt. dalam Al Qur'an

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

antara lain dalam:

Surat Al-Mu'minun ayat 51

يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ

Hai rasul-rasul, makanlah dari makanan yang baik-baik, dan kerjakanlah amal yang saleh. Sesungguhnya aku Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Surat Al-Baqarah ayat 172:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ

Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah.

Menurut ilmu gizi, makanan yang baik itu bukan hanya sekedar terbuat dari bahan makanan yang segar, tidak tercemar penyebab penyakit, dan enak dimakan, tetapi makanan itu juga harus mengandung semua zat gizi yang kita butuhkan, yaitu karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin, dan air dalam jumlah yang cukup sesuai kebutuhan.

F. Pendidikan Olahraga Dari Sejak Dini

Ibnu Qoyyim Al Jauziyah berkata," Bagian organ mana saja yang banyak digerakkan maka akan kuat. Khususnya berkaitan dengan jenis olah raga tersebut, bahkan seluruh kekuatan berawal dari sini, misalnya siapa yang banyak menghafal maka akan kuat hafalannya, siapa yang banyak berfikir maka akan kuat kecerdasan pikirannnya. Setiap organ tubuh memiliki organ yang khusus. Adapun menunggang kuda, memanah, bergulat dan lomba lari adalah olah raga fisik. semua itu dapat menghilangkan penyakit menahun seperti kusta, busung air, dan sakit perut. (Zaadul Maad juz 3/145).

Sebaik-baiknya meniru sesuatu tentu lebih baik meniru perilaku, perbuatan dan segala hal tentang Muhammad Rasulullah saw. media pembelajarannya salah satunya adalah hadist yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dikabarkan oleh para sahabat. Salah satu yang berkaitan dengan pendidikan anak adalah mengajak orang tua untuk mengajarkan anak berenang, memanah dan berkuda. Rasulullah saw bersabda: Ajarkan putera-puteramu berenang dan memanah. (HR. Ath-Thahawi). Setiap sesuatu yang tidak termasuk mengingat Allah, ia merupakan permainan yang sia-sia kecuali empat hal; seorang lelaki berjalan di antara dua tujuan (untuk memanah), melatih berkuda, bermesraan dengan keluarga, dan mengajarinya berenang. (Hadis Riwayat At-Thabrani)

Rasulullah saw memerintahkan umat Islam untuk mengajari anak-anak mereka berenang, memanah dan berkuda. Sebagian orang menganggap hadist ini tidak lagi relevan dengan keadaan sekarang. Namun, apakah hadist tersebut memang "ketinggalan zaman"? Jika hanya ditafsirkan secara harfiah, mungkin benar, walaupun ketiga kegiatan tersebut tetap boleh dilaksanakan dan tetap bermanfaat. Namun Rasulullah saw tentu bukan sedang berkata-kata menurut hawa nafsunya. Beliau lebih memprediksi keadaan di masa depan.

Umar bin Khatab ra, pernah berkata yang maknanya, "Didiklah anakmu sesuai dengan jamannya, karena mereka hidup bukan di zamanmu." Selain manfaat filosofis juga fisik yang bisa kita dapatkan, ketiga olah raga yang direkomendasikan Rasulullah saw tentunya dapat kita terapkan pada konteks kekinian. terbentuknya karakter anak secara maksimal sehingga anak-dapat mengenyam pendidikan terbaik sesuai dengan kebutuhan mereka di zaman mereka.

1. Berenang

Tentu ada alasan kuat mengapa Rasulullah menyuruh para orang tua Muslim meng-ajari anak-anaknya dengan keterampilan-keterampilan khusus tersebut. Bagi masyarakat di padang pasir, berkuda dan memanah adalah barang yang lumrah. Naik kuda ataupun naik unta merupakan keseharian mereka. Binatang-binatang itulah yang menjadi tunggangan dan peliharaan masyarakat Arab. Tapi berenang? mungkin, ini yang agak mengherankan. Orang Arab tidak terlalu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

suka air. Kolam renang adalah hal yang sulit ditemukan. Kalaupun kolam, itu berbentuk oase atau wadi. Dan kebanyakan dipakai sebagai sumber minum. Air sangat sulit ditemukan di daerah padang pasir.

Mari Kita bahas. ***Inti dalam Olahraga Renang adalah pengaturan nafas***. Dimana *Fungsi nafas adalah untuk memasukan atau menghirup oksigen dari Alam ke dalam tubuh kita melalui paru-paru.* oksigen yang kita hirup masuk ke paru-paru, lalu aliran darah dari jantung masuk ke paru-paru. Paru-paru adalah organ pada sistem pernapasan (respirasi) dan berhubungan dengan sistem peredaran darah (sirkulasi) yang bernapas dengan udara. Fungsinya adalah menukar oksigen dari udara dengan karbondioksida dari darah. Prosesnya disebut "pernapasan eksternal" atau bernapas.

Seperti sebuah kelaziman bahwa bahwa bila tubuh atau otot bergerak pasti membutuhkan energi. Setiap reaksi metabolisme tubuh kebanyakan di tubuh kita melibatkan oksigen, oksigen akan bereaksi dengan ATP (Adenosina Trifosfat: suatu nukleotida yang dalam biokimia dikenal sebagai "satuan molekular" pertukaran energi intraselular; artinya, ATP dapat digunakan untuk menyimpan dan mentransfer energi kimia dalam sel. ATP juga berperan penting dalam sintesis asam nukleat. Peran ATP yang paling banyak dikenali orang adalah sebagai pembawa energi) dalam organ, sel atau jaringan itu sehingga menghasilkan energi/tenaga. Oksigen di bawa oleh darah yang dipompa melalui jantung. Dengan kontraksi otot dan aktifitas organ dalam, maka tubuh akan kekurangan energi atau kebutuhan energi akan semakin meningkat daripada kondisi normal, oleh karena itu setelah melakukan nafas akan terasa suhu tubuh meningkat. karena hampir semua metabolisme akhirnya dirubah menjadi energi panas/panas tubuh. Dengan pengaturan nafas maka bermanfaat bagi ketahanan fisik. Mahir berenang/ mengatur nafas akan kuat pernapasannya, dan ini amat besar pengaruhnya bagi kecerdasan ketika asupan oksigen ke otak itu terdistribusi dengan cukup dan kondisi yang prima.

Zaman dahulu peperangan tidak seperti sekarang dimana kemampuan, ketahanan fisik adalah modal utama dan sangat dibutuhkan. Dimana pertarungan melibatkan banyak orang dalam waktu yang lama, yang saya alami latihan bertarung dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

waktu beberapa menit saja sudah menguras tenaga apalagi berperang seharian. Kelelahan ditandai dengan rasa sesak di dada itu karena tubuh kekurangan pasokan oksigen terutama jantung yang berfungsi memutarkan oksigen dan nutrisi keseluruh tubuh. Dengan pengaturan nafas maka pasokan oksigen akan cukup, teratur dan terkendali. Karena setiap aktifitas tubuh semakin berat maka pasokan oksigen yang dibutuhkanpun lebih banyak, ini kita bisa lihat dalam kondisi normal ditandai dengan nafas yang memburu dan cepat atau ngos-ngosan. Berbeda bila kita yang mampu mengatur nafas maka hal ini tidak akan terjadi dan stamina tetap terjaga. Disinilah kenapa pengaturan nafas dibutuhkan. *Berenang adalah simbol dari kekuatan dan ketahanan fisik yang prima yang harus dimiliki seorang Muslim.*

Menurut seorang ahli kesehatan, berenang adalah olahraga yang minim cedera, dan juga minim terluka. Renang memerlukan gerakan yang konstan dan terus menerus. Sebentar saja kita diam, kemungkinan kita akan tenggelam. Jadi, olahraga ini mengandung pesan bahwa setiap manusia harus terus bergerak maju dalam hidupnya untuk mencapai tujuannya. Berenang merupakan suatu olah raga tubuh dan nafas dimana jika anda berenang maka tubuh akan selalu sehat dikarenakan:

a. Gravitasi tubuh dalam air akan lebih ringan dan disitu sangat membantu tubuh dalam menggerakkan semua bagian tubuh
b. Berenang dapat melatih paru-paru anda dan denyut jantung karena anda sewaktu berenang akan terjadi pola menahan nafas tetapi tubuh anda bergerak dan di situ oksigen dimanfaatkan betul-betul dalam organ otak dan paru-paru, dapat membantu menjaga kesehatan paru-paru anda dan dapat dibuat sebagai terapi asma karena bronkus atau cabang pipa yang menuju paru-paru dilatih dengan lembut dengan posisi mengambil nafas lalu bergerak lalu membuang nafas dengan cepat dan segera mengambil lagi oksigen dan seterusnya
c. Tulang, otot tidak mendapat beban sama sekali dan justru posisi otot yang tidak pas akan kembali pas karena diposisikan bergerak tanpa tumpuan, dan juga pada tulang anda akan semakin baik karena tulang anda ikut dilatih bergerak tetapi tanpa tumpuan dan itu bisa dibuat terapi bagi penderita

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan banyak gangguan seperti rematik, HNP, Urat kecepit, sering linu-linu pada persendian dan banyak lainnya

d. Air dapat dibuat suatu terapi Hidroterapi untuk melatih ketenangan jiwa anda dalam air karena merasakan sentuhan dengan air yang dingin maupun hangat dapat melatih lebih rileks bagi anda

e. Olahraga renang biarpun keliatan santai tetapi dapat membantu membakar kalori anda dengan lebih cepat dan membuang lemak yang berlebihan pada semua bagian tubuh anda yang bila terdapat banyak lemak dan dapat dibuat untuk menurunkan berat badan anda secara maksimal tanpa beresiko dan tubuh anda selain turun berat badan juga kelihatan lebih tegap dan karena semua bagian lemak yang berlebih dibantu untuk dibakar dengan gerakan semua bagian tubuh sewaktu berenang.

2. Memanah

Olahraga ini membutuhkan konsentrasi tinggi. Pada zaman Nabi, seringkali terjadi peperangan. Maka dari itu, olahraga ini juga seringkali menjadi latihan untuk daya konsentrasi dan ketangkasan. Hal yang dapat diambil dari olahraga memanah adalah kemampuan untuk fokus. Dalam hidup, diperlukan tujuan dan fokus yang terarah. Dengan merenungi hakikat memanah, kita akan sadar bahwa dalam menjalani hidup ini haruslah terarah, fokus, dan tepat sasaran. Setelah ada penelitian bahwa memanah itu identik dengan: Sasaran; Keteguhan tangan; Kekuatan menarik gendewanya dan Perkiraan angin.

Memanah memerlukan konsentrasi dan latihan yang berkesinambungan. Memanah sasaran yang bergerak tentu lebih sulit daripada sasaran yang diam. Setiap sasaran memiliki karakteristik tersendiri dan sasaran tersebut selalu bergerak gerak. Namun, apabila kita berhasil memanah sasaran tersebut, maka kita siap untuk melaksanakan perintah yang selanjutnya : berkuda.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Inti dari semuanya adalah kita belajar fokus atau konsentrasi artinya kita mempokuskan tenaga suatu titik. *Untuk bisa konsentrasi kita harus bisa Ikhlas dan menyukai latihan*, sehingga kita bisa mensinergikan antara pikiran dan perasaan, Dalam latihan konsentrasi inipun bisa diaplikasikan pada hal yang lain, intinya pesan yang disampaikan oleh Rasullah adalah bahwa setiap anak muslim harus belajar atau melatih konsentrasi agar kita bias fokus pada sesuatu hal. *Pikiran fokus pada target, akan tercapai bila kita bisa mensinergikan antara kekuatan dan tubuh dengan pikiran dan perasaan*. Dalam Jurus Pernafasan dan Silat, hal ini pun dilatih dimana objek yang dilatihnya berbeda dengan olahraga memanah yaitu perlatan memanah dan target sasaran. Sedangkan dalam olah raga pernafasan objek yang dilatihnya adalah energi tubuh dalam hal ini Hawa Panas atau Energi Panas Tubuh. Dengan energi yang terfokus pada suatu titik dalam hal ini hawa panas atau energi, kita bisa melakukan pemecahan benda keras, terapi dll, *Jadi fungsi konsentrasi adalah untuk mengendalikan energi setelah dilatih*. Karena seluruh tubuh kita bisa dikendalikan oleh otak termasuk sistem energi. Sehingga otak secara cepat dapat memerintahkan secara cepat pada seluntuk melepaskan energinya. Misalnya aktifitas yang memerlukan akselarasi energi secara cepat contohnya dalam pertempuran dan pertarungan, menghancurkan benda-benda keras dll.

Memanah adalah simbol untuk ajari anak agar belajar fokus/konsentrasi/istiqomah dalam melakukan beberapa hal. Jadi ajarkanlah anak untuk membidik sasaran-sasaran dalam hidup ini. Bahwa hidup harus mempunyai sasaran yang jelas dan lakukan usaha untuk mencapainya dengan keteguhan tangan, kekuatan hati dan mampu menyesuaikan dengan perkembangan keadaan dunia ini. Sasaran adalah bukan tujuan utama, tapi adalah acuan kita melangkah. Dan fokus pada ikhtiar atau proses bukan pada hasil akhir.)

3. Berkuda

Secara fisik kuda tentu lebih kuat dari penunggangnya, namun sang penunggang tetap harus menguasai kuda tersebut agar dia bisa sampai ke tujuannya. Demikian pula dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kehidupan manusia. Kita sering kali harus memimpin orang-orang yang lebih pintar, lebih kuat dan lebih banyak memiliki kelebihan dibanding kita. *Berkuda dalam hal ini adalah simbol dari hidup dan Pengendalian Diri, Rasa Percaya Diri dan Keberanian. Simbol Berkuda adalah membangun karakter. Dengan olah raga ini, anak dilatih jiwa kepemimpinan, kepercayaan diri, jiwa pemberani, ketangkasan, pengendalian diri, dan menyayangi, serta menghilangkan rasa takut.*

Dalam Dunia Persilatan hal ini pun dilatih yaitu pada latihan Silat dan Pertarungan. Dimana harus sinergi antara Gerak/ jurus, Tenaga dan Konsentrasi. Konsentrasi akan muncul dalam mental yang kuat. Maka kita akan mampu bagaimana menghindar, menangkis dan menyerang lawan disertai penyaluran tenaga dan sasaran yang tepat dan cepat. Dalam Pertarungan dibutuhkan cara berpikir cepat dan tepat tidak mudah panik dalam menghadapi kondisi apapun.

Dalam Persilatan modal utama dalam pertarungan adalah kemampauan dan mentalitas. Dimana kemampuan tanpa keberanian ibarat pisau dalam sarung artinya tidak akan berguna. Juga keberanian saja tanpa dilandasi dengan kemampuan adalah konyol. Dengan keberanian yang mantap dan kemampuan yang memadai, maka dalam pertarungan, kita tidak ragu-ragu lagi dalam menghentakan tenaga dan memainkan jurus dengan perhitungan tepat dan cepat. Dengan keberanian atau mental kita tidak takut sakit atau terluka, tidak gentar menghadapi musuh yang lebih kuat dari kita. Seorang pendekar yang hebat adalah bukanlah pendekar yang tidak pernah dikalahkan tapi seorang pendekar yang hebat adalah sanggup menghadapi lawan yang kuat lebih kuat dari dirinya dan masih memiliki mental tetap bertarung tidak surut kebelakang dan pantang menyerah, dan selalu mencari dan fokus pada mencari titik kelemahan lawan.

Selain manfaat filosofis yang bisa kita dapatkan, ketiga olah raga yang direkomendasikan Rasulullah saw tentunya dapat kita terapkan pada konteks kekinian. Oleh karenanya anak-anak diajari pendidikan yang mencakup tiga hal diatas agar terbentuknya karakter anak secara maksimal sehingga anak-anak mendapat pendidikan terbaik sesuai dengan kebutuhan mereka di zaman mereka. Olah Raga beladiri Pernafasan, dimana materi yang dilatih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mencakup [Olah Nafas, Olah Gerak (Jurus/Silat) dan Olah Rasa/ Konsentrasi] secara konstektual memenuhi ke tiga aspek hasil yang diharapkan dalam Hadist tadi. Yang lebih relevan di masa kekinian. Malah Hipotesa kami mungkin zaman Rasulullah sudah diajarkan teknik olah raga seperti ini yaitu teknik-teknik olahraga yang menggunakan teknik memfokuskan tenaga dimana pengaturan nafas atau olah nafas adalah kuncinya. Sampai sekarang kami masih mengkaji dan meneliti hadist dan riwayat mengenai hal ini dimana banyak diceritakan dalam riwayat bagaimana sahabat Rasulullah memiliki kemampaun yang luar biasa, misalnya Ali bin Abi Thalib mampu memukul pintu gerbang dengan sekali pukul bila diangkat tidak cukup dengan tenaga 40 orang dewasa, ataupun beliau mampu membelah badan musuh beserta baju besi dan kudanya dengan satukali tebasan. Dimana riwayat dan hadist-hadist mengenai hal ini banyak hilang atau jarang dibahas dalam khazanah keilmuwan kita.

Intinya adalah ajarkan anak-anak kita latihan beladiri dan kemampuan tubuh. Sehingga akan lahir generasi-generasi dengan penguasaan energi tubuh yang kuat, mengusai teknologi dan memiliki Pribadi berakhlak dan bertauhid. Namun, satu hal yang harus diingat adalah kemampuan-kemampuan yang disimbolkan dengan berenang, memanah dan berkuda tersebut adalah amanah yang harus digunakan untuk mematuhi perintah Allah dan RasulNya, bukan untuk disalahgunakan demi memenuhi tuntutan hawa nafsu. *Amirul Mukminiin Umar Ibnul Khottob r.a berkata," 'allimuu aulaadakum ar rimaayata was sibaahata wa rukuubal khoyli. (Musnad Imam Ahmad Juz 1/302). Artinya: Ajarkanlah anak-anakmu memanah, berenang dan menunggang kuda.*

Perkataan di atas adalah seruan dari sang amirul mukminin untuk melakukan aktifitas tersebut dalam mendidik anak-anak kita yaitu melatihnya menggunakan senjata baik itu panah, roket, meriam maupun tank untuk membela diri dan menjaga keutuhan bangsa lebih-lebih agamanya.

Hal ini dikarenakan pemuda adalah tiang dan penopang maju berkembangnya suatu bangsa. Jika sejak kecil kekuatan dan kesehatan mereka diperhatikan, maka kuatnya pemuda yang berimbas pada kuatnya suatu bangsa menjadi keniscayaan, namun jika kesehatan mereka diterlantarkan maka suatu bangsa akan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menjadi lemah. Berolah raga dan beraktifitas merupakan sebab utama yang akan menjaga kesehatan, yaitu apabila dilakukan dengan ukuran seimbang dan sesuai (tidak berlebihan). Olah raga dapat menumbuhkan fisik pemuda dan mengembangkan kemampuan mereka untuk mengemban sulitnya pekerjaan. Aktifitas ini juga telah menjadikan mereka dapat mengisi kekosongan waktu dengan hal yang bermanfaat, juga menanamkan nilai-nilai luhur dalam jiwa mereka untuk berani dan maju. Nilai inilah yang akan selalu mendidik mereka untuk *fastabiqul khoiroot*.

Berkuda merupakan salah satu olaharga yang menyehatkan. Nabi menyarankan kita berkuda, karena ada pesan yang terkandung di dalamnya. Kuda adalah hewan yang bernafsu besar. Sangat sulit bagi seorang penunggang yang baru belajar berkuda untuk menaklukan kudanya. Diperlukan kesabaran dan juga kekonsistenan dalam latihan. Jika kita berkuda, seolah-olah kita sedang mengendarai nafsu yang tak terkendalikan. Adalah tugas manusia untuk mengendalikan nafsu dalam kehidupannya, agar hidupnya menjadi baik dan terkontrol. Pengendalian, ketangkasan, kesabaran, adalah pelajaran yang bisa kita peroleh dari berkuda.

4. Sejarah Pada Zaman Nabi

Olah raga berkuda, memanah, dan berenang, selain memerlukan kekuatan fisik, juga membutuhkan intelektualitas yang tinggi. Pada zaman kejayaan Islam, pasca-Nabi Muhammad Saw (antara tahun 750-1924), kekuatan para prajurit Islam benar-benar tertumpu pada keahlian berkuda, memanah, dan berenang. Ketika menaklukkan Mesopotamia (Irak) dan Persia (Iran), pasukan Muslim terdiri dari para penunggang kuda yang piawai. Mereka juga harus mampu berenang mengarungi sungai-sungai Tigris dan Eufrat, serta menembus sasaran dengan panah (cikal bakal pasukan kavaleri dan artileri sekarang). Begitu pula dengan pasukan Turki Ustmani di bawah Sultan Muhammad Al-Fatih. Ketika merebut Konstatinopel pada abad 14, harus terlebih dulu berenang mengarungi Selat Bospurus (karena laju kapal dihadang oleh armada Romawi Byzantium di sepanjang pantai), baru naik kuda untuk mengobrak-abrik pasukan musuh dengan serangan panah bertubi-tubi (lintasfrekuensi.blogspot.com, 2012). Demikianlah kekuatan fisik para sahabat dan ulama

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terdahulu yang sepatutnya dicontoh dan tetap kita lestarikan hingga sekarang.

G. Pengobatan dari penyakit

Perlukah berobat? Dalam kitab *"Khomsuna Fashlan Fit Tibbin Nabawiy"* karangan Abu Abdillah Al-Maqdisi Al-Hanbali disebutkan bahwa Imam Ahmad bin Hanbal berpendapat "Berobat itu boleh tetapi Tidak Berobat itu lebih baik". Al-Marwazi meriwayatkan bahwa Imam Ahmad bin Hanbal pernah menyatakan bahwa: "Berobat merupakan rukhshah (dispensasi) dan Tidak Berobat adalah tingkatan yang lebih tinggi dari itu". Imam Ahmad bin Hanbal pernah ditanya oleh Ishaq bin Ibrahim bin Hani tentang orang yang sakit, apakah sebaiknya dia mengabaikan obat-obatan atau meminumnya? Imam Ahmad menjawab: "Jika bertawakkal (kepada Allah), maka aku lebih suka bila dia mengabaikannya". Sebagian kalangan ulama madzhab Imam Syafi'i berpendapat bahwa "Berobat" lebih baik dari pada tidak berobat. Sedangkan Al-Imam Ibnu Qoyyim Al-Jauziyah dalam bukunya *"Al-Minhaj"* dan dipilih oleh Al-Wazir Ibnu Hubairah dalam bukunya *"Al-Ifshah"* menyatakan bahwa "Madzhab Abu Hanifah menyatakan bahwa "Berobat" itu sangat dianjurkan, bahkan mendekati wajib." Imam Malik berpendapat bahwa "Berobat tidak apa-apa dan Tidak Berobat pun tidak apa-apa". Lebih lanjut Ibnu Hurairah menyatakan bahwa "Mempelajari Ilmu Hitung, Ilmu Kedokteran dan Ilmu Pertanian adalah Fardhu Kifayah". Mengapa harus berobat?, Rasulullah saw bersabda, sebagai berikut :

تَدَاوَوْا يَاعِبَادَاللهِ فَإِنَّ اللهَ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً إِلَّا دَاءً وَاحِدًا الْهَرَمُ

"Berobatlah wahai hamba-hamba Allah, sesungguhnya Allah tidak menciptakan suatu penyakit kecuali menciptakan pula obatnya, kecuali satu penyakit saja, yaitu tua renta". (HR Tirmidzi)

"Sesungguhnya Allah ketika menciptakan penyakit, pasti menciptakan obat, maka hendaklah kalian berobat (HR. Ahmad)"

"Sesungguhnya Allah menciptakan obat untuk setiap penyakit, maka berobatlah kalian, tetapi jangan berobat dengan sesuatu yang diharamkan (HR. Abu Dawud)"

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Demikianlah beberapa pendapat tentang berobat di kalangan para ulama fiqih. Apa saja metode pengobatan yang diajarkan Muhammad Rasulullah saw?. Dalam Hadits Qudsi Allah SWT berfirman: datangnya penyakit dalam tubuh seseorang tergantung dengan **sugesti**nya tentang jenis penyakit tersebut, kalau ia berburuk sangka maka Allah swt akan mengabulkan sesuai dengan sugestinya, sebaliknya kalau ia berbaik sangka maka penyakit itupun tidak akan terjangkit kepadanya. "*aku terserah persangkaan hamba-Ku kepada-Ku. Aku bersamanya (memberi rahmat dan membelanya) bila dia menyebut-Ku. Bila dia menyebut nama-Ku dalam hatinya, Aku menyebutnya dihati-Ku. Bila dia menyebut-Ku dalam perkumpulan orang banyak, Aku menyebutnya dalam perkumpulan yang lebih baik daripada mereka. Bila dia mendekat kepada-Ku sejengkal (dengan melakukan amal shalih atau berkata baik), maka Aku mendekat kepadanya sehasta. Bila dia mendekat kepada-Ku sehasta, maka Aku mendekat kepadanya sedepa. Bila dia datang kepada-Ku dengan berjalan (biasa), maka Aku mendatanginya dengan berjalan cepat." (H.R. Bukhari Muslim)*

Di dalam Al-Quran dan As-Sunnah banyak sekali ayat atau pun hadits yang menunjukkan bahwa kesehatan dan kesembuhan dari penyakit atas izin Allah SWT, diantaranya dengan: Membaca Al-Quran, Minum Madu, Berbekam (Al-Hijamah), Al-Kayy (Sundutan Api Panas), Al-Fashdu (Blood Letting/Venesection), Shalat, Berpuasa (*Shawm*), Memakan Al-Habbatuss Sauda (Jintan Hitam), Bersedekah, Minum Air Zam-Zam, Memakan Kurma Ajwa, Minum Susu/Air Kencing Unta (Syihab Al-Badri Yasin, 2009), Air Hujan, Ruqyah (Doa), Dan lain-lain.

1. Tahnik Bayi Solusi Dari Vaksinasi/Imunisasi

Ilmu kedokteran telah menetapkan faedah yang besar dari tahnik ini, yaitu memindahkan sebagian mikroba zat gula "glukosa" dari kurma ke dalam usus bayi untuk membantu pencernaan makanan. Tahnik merupakan sunnah mustahab yang pasti dari Rasulullah saw, inilah pegangan kita bukan yang lainnya. Dalam sebuah Hadits dari Abu Musa, ia

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berkata: *"Telah dikaruniakan kepadaku seorang anak dan aku membawanya kepada Rasulullah. Beliau menamakannya Ibrahim, lalu mentahnikkannya dengan kurma dan mendoakan keberkahan untuknya, kemudian baginda menyerahkan kembali anak itu kepadaku."* (HR. Bukhari) Riwayat lainnya menjelaskan ucapan istri Rasullullah saw 'Aisyah r.ha yang mengatakan: *"Rasulullah saw didatangkan anak kecil, lalu beliau mendoakan mereka dan mentahnik mereka."* (H.R. Bukhari Muslim). Berdasarkan hadits-hadits shahih tentang tahnik, Imam An-Nawawi menguraikan: *"Dianjurkan mentahnik bayi yang baru lahir, bayi tersebut dibawa ke orang sholih untuk ditahnik. Juga dibolehkan memberi nama pada hari kelahiran. Dianjurkan memberi nama bayi dengan Abdullah, Ibrahim dan nama-nama Nabi lainnya."*

Tahnik berasal dari kata *Al-Hanak* yang berarti mulut bagian atas dari dalam atau langit-langit. Dan membersihkan mulut bayi disebut *Tahnik*, artinya membersihkan mulut bagian atas bayi dari dalam dengan kurma yang telah dimamah sampai lumat. Tahnik juga dimaknai melolohkan/melumurkan kurma yang telah dikunyah halus ke langit-langit mulut bayi. Lalu pemberian ASI sampai usia 2 tahun dan memberi makanan yang halal dan thayyiban. "Tahnik atau meloloh bayi dengan kurma adalah sebuah syariat yang menakjubkan, karena didalamnya terdapat manfaat-manfaat kesehatan jasmani dan rohani yang tak terbilang." Jadi definisi Tahnik ialah Mengunyah kurma dan sejenisnya, lalu digosok-gosokkan (dilolohkan atau dilumurkan) ke dalam langit-langit mulut bayi, yakni dengan cara meletakkan kurma yang sudah dikunyah di ujung jari, lalu memasukkan jari itu kedalam mulut si bayi dengan cara mengerakkannya ke kanan dan ke kiri secara lembut lalu si bayi pun belajar makan dan akhirnya mampu melakukannya. Tahnik atau suapan pertama itu sebaiknya dengan buah kurma kering kalau tidak ada, bisa dengan kurma basah, kalau tidak ada juga, bisa juga dengan makanan manis madu lebah. Hal itu lebih utama dari makanan lain, sebagaimana dijelaskan oleh Ibnu Hajar Al-Asqolani.

Ini merupakan sunnah sebagaimana tersebut dalam beberapa hadits. Dianjurkan agar yang melakukan tahnik adalah orang yang memiliki keutamaan, dikenal sebagai orang yang baik dan berilmu. Dan hendaklah ia mendo'akan kebaikan (barakah)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bagi bayi tersebut. Dalam Islam, anak tidak hanya dipelihara sejak setelah lahir semata, bahkan sejak seseorang berfikir akan menikah! Nabi saw telah bersabda agar kita memilih pasangan atau isteri yang shalihah (baik). Islam telah memberikan perhatian yang besar untuk keselamatan keturunan dan anggota keluarga agar menjadi kuat, tidak hanya secara akhlaq, bahkan dalam hal genetika tubuh dan kejiwaan. Pemeliharaan ini terus berjalan sampai mencapai masa kehamilan dan ketika hendak melahirkan, menyusui, dan tahapan pendidikan, serta perkembangan berikutnya. Diantara bukti perhatian Islam terhadap anak pada masa kelahiran adalah masalah Tahnik.

Imam Bukhari dalam Shahihnya mentakhrij hadits dari Asma' binti Abi Bakr Dari Asma binti Abi Bakar Ash-Shiddiq ketika ia sedang mengandung Abdullah bin Az-Zubair di Makkah, ia berkata, *"Aku keluar dalam keadaan hamil menuju kota Madinah. Dalam perjalanan aku singggah di Quba dan di sana aku melahirkan. Kemudian aku mendatangi Rasulullah saw dan meletakkan anakku di pangkuan beliau. Beliau meminta kurma lalu mengunyahnya dan meludahkannya ke mulut bayi itu, maka yang pertama kali masuk ke kerongkongannya adalah ludah Rasulullah saw. Setelah itu beliau mentahniknya dengan kurma dan mendo'akan barakah baginya. Lalu Allah memberikan barakah kepadanya (bayi tersebut)"* (Al-Bukhari (5469 Fathul Bari), Muslim (2146, 2148 Nawawi), Ahmad (6247) dan At-Tirmidzi (3826)).

Diriwayatkan oleh Al-Bukhari dan Muslim dari hadits Abu Burdah dari Abu Musa, dia berkata: *"Pernah dikaruniakan kepadaku seorang anak laki-laki, lalu aku membawanya ke hadapan Nabi saw, maka beliau memberinya nama Ibrahim dan mentahniknya dengan sebuah kurma."* (Al-Bukhari (5467 Fathul Bari) Muslim (2145 Nawawi), Ahmad (4/399), Al-Baihaqi dalam Al-Kubra (9/305) dan Asy-Syu'ab karya beliau (8621, 8622)). Al-Bukhari menambahkan, *"Dan Beliau mendo'akan keberkahan baginya seraya menyerahkannya kembali kepadaku."* Dan dia adalah anak tertua Abu Musa ra. Dari Anas ra., dia berkata: *"Seorang anak Abu Thalhah merasa sakit. Lalu Abu Thalhah keluar rumah sehingga anaknya itu pun meninggal dunia. Setelah pulang, Abu Thalhah berkata, "Apa yang dilakukan oleh anak itu?" Ummu Sulaim menjawab, "Dia lebih tenang dari sebelumnya." Kemudian*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ummu Sulaim menghidangkan makan malam kepadanya. Selanjutnya Abu Thalhah mencampurinya. Setelah selesai, Ummu Sulaim berkata, "Tutupilah anak ini." Dan pada pagi harinya, Abu Thalhah mendatangi Rasulullah saw seraya memberitahu beliau, maka beliau bertanya, "Apakah kalian bercampur tadi malam?" "Ya, jawabnya. Beliau pun bersabda, "Ya Allah, berikanlah keberkahan kepada keduanya." Maka Ummu Sulaim pun melahirkan seorang anak laki-laki. Lalu Abu Thalhah berkata kepadaku (Anas bin Malik), "Bawalah anak ini sehingga engkau mendatangi Nabi saw." Beliau saw bertanya, "Apakah bersamanya ada sesuatu (ketika di bawa kesini?" Mereka menjawab, "Ya. Terdapat beberapa buah kurma." Kemudian Nabi saw mengambil buah kurma itu lantas mengunyahnya, lalu mengambilnya kembali dari mulut beliau dan meletakkannya di mulut anak tersebut kemudian mentahniknya dan memberinya nama "Abdullah." (HR. Muttafaq 'alaih).

Hadits-hadits di atas kiranya cukup untuk menerangkan sunnahnya tahnik ini dan kiranya cukup untuk memotivasi kita bersegera melaksanakannya. Berkata Imam Nawawi dalam Syarhu Muslim (14/372): "Dalam hadits-hadits ini ada faidah, di antaranya: Dianjurkan mentahnik anak yang baru lahir, dan ini merupakan sunnah dengan ijma'. Hendaknya yang mentahnik adalah orang yang shalih dari kalangan laki-laki atau wanita. Tahnik dilakukan dengan kurma dan ini mustahab, namun andai ada yang mentahnik dengan selain kurma maka telah terjadi perbuatan tahnik, akan tetapi tahnik dengan kurma lebih utama. Faidah lain diantaranya menyerahkan pemberian nama untuk anak kepada orang yang shalih, maka ia memilihkan untuk si anak nama yang ia senangi." Mengenai dibolehkannya wanita mentahnik, dijelaskan oleh Ibnul Qayyim bahwa Imam Ahmad bin Hambal ketika lahir salah satu bayinya, beliau menyuruh seorang wanita untuk mentahnik bayi tersebut. Ada ulama yang memberi penjelasan urutan makanan yang dijadikan bahan untuk mentahnik: tamr (kurma kering); kalau tidak ada, barulah ruthab (kurma basah); bila tidak ada ruthab makanan manis yang jadi pilihan adalah madu; dan setelah itu adalah makanan yang tidak disentuh api.

Ketetapan tahnik menjadi perhatian tersendiri bagi kalangan ulama sehingga mereka merumuskan fatwa berkaitan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan tuntunan ini: *Pertama*: Para ulama sepakat tentang disunnahkannya (dianjurkannya) mentahnik bayi yang baru lahir dengan kurma. Jadi tahnik dilakukan pada awal kelahiran. *Kedua*: Jika tidak mendapati kurma untuk mentahnik, bisa digantikan dengan yang manis-manis lainnya (madu lebah lebih afdhal). *Ketiga*: Cara mentahnik adalah dengan mengunyah kurma hingga lembut atau agak cair sehingga mudah ditelan, lalu mengambil kurma yang lembut dengan ujung jari dan memasukkan/menggosokkan ke mulut/langit-lagit bayi. Tahnik ini memiliki hikmah yang agung. Sebab, kurma memiliki kandungan gula "glukosa" dalam jumlah yang banyak, khususnya setelah dilumatkan dimulut sehingga bercampur dengan air liur, di mana air liur mengandung sejumlah enzim khusus yang bisa mengubah glukosa menjadi gula asal. Air liur juga bisa melumatkan zat-zat gula. Sehingga bayi yang baru lahir bisa mencerna kurma lembut itu dengan baik. Dan karena mayoritas atau bahkan semua bayi membutuhkan zat gula dalam bentuk "glukosa" seketika setelah lahir, maka memberikan kurma yang sudah dilumat bisa menjauhkan sang bayi – dengan izin Allah swt – dari kekurangan kadar gula yang berlipat-lipat.

Hikmah dari tahnik lainnya adalah untuk menguatkan syaraf-syaraf mulut dan gerakan lisan beserta tenggorokan dan dua tulang rahang bawah dengan jilatan, sehingga anak siap untuk menghisap air susu ibunya dengan kuat dan alami. Terbukti bahwa pada kurma terdapat unsur-unsur vital yang dapat melindungi bayi dari penyakit dan menguatkan daya tahan tubuh yang telah didapatkannya dari Allah swt. Dengan izin-Nya, **Kurma sangat efektif membentengi dan melindungi tubuh bayi dari ragam virus dan bakteri/penyakit, seperti TBC, polio, difteri, campak, cacar dan lainnya.** Lebih dari itu, air liur kedua orang tua akan mengikat hati bayi dengan cinta mereka dan mengalirkan kepadanya fitrah Islam yang suci, sehingga dia akan tumbuh dengan baik dan bersih. Dia akan selalu merasakan manisnya iman sebagaimana manisnya kurma yang bercampur dengan air liur dari lidah yang selalu melantunkan dzikir kepada Allah. Sebuah syariah yang mampu menanamkan dan menguatkan aqidah bayi, sekaligus membangun kasih sayang yang tulus antara orang tua dan anak, sehingga keluarga Muslim akan hidup dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keharmonisan, kedamaian di bawah naungan Rahmat, Ridha dan Ampunan Allah swt.

Tahnik kurma juga sekaligus menjadi mukjizat kenabian Muhammad saw secara medis yang menjadi pintu pembuka cakrawala pengetahuan dunia dalam hal menjaga dan merawat anak atau bayi, padahal hal itu tidak pernah diketahui sebelumnya, baik pada zaman beliau hidup ataupun pada zaman-zaman sekarang, kecuali setelah dilakukannya sejumlah penelitian pada abad 20-an ini. Kita bisa melihat, betapa Nabi Muhammad saw amat memuliakan bayi ditangannya, dengan memberikan tahnik kurma kering kepadanya (buah yang sarat dengan gula), yang dapat dihisap dengan cepat oleh pembuluh darah, sehingga dapat menjaga kadar gula dalam darah, atau meningkatkan kadar itu menjadi normal.

Dikisahkan oleh Asma r.ah bahwa dia tengah mengandung Abdullah bin Zubair di Mekkah. Kemudian dia hijrah ke Madinah dan sesampainya di Quba beliau melahirkan Abdullah di sana. Ia pergi membawa anaknya itu ke hadapan Rasulullah saw. Beliau letakkan bayi itu di haribaannya, meminta sebuah kurma dan dikunyahnya hingga halus benar kemudian beliau masukkan ke dalam mulut sang bayi. Demikianlah, air liur Rasul adalah sesuatu yang masuk pertama kali ke dalam perut anak tersebut. Beliau membersihkan mulut anak tersebut dengan kurma itu kemudian didoakan agar Allah berkenan memberkahinya. Ia adalah anak muslim pertama dari kaum Muhajirin yang dilahirkan di bumi Madinah. Selanjutnya ucap Asma r.ah: "Kaum muslimin bersuka ria dengan kelahirannya itu karena sudah didesas-desuskan sebelumnya kepada kaum muslimin bahwa mereka tidak akan memperoleh keturunan karena orang-orang Yahudi telah menyihir mereka." Alhasil sebenarnya syariat tahnik sudah banyak dilakukan kaum muslimin, namun belum tersosialisasikan dengan baik dan benar. *Apalagi dengan munculnya vaksinasi/imunisasi seolah mengesampingkan dan menutupi kelaziman tahnik di tengah masyarakat*. ***Tahnik sebagai tuntunan yang haq untuk kesehatan bayi ini seharusnya menjadi pijakan dan pedoman utama untuk dilakukan bagi keluarga yang dikaruniai anak.*** *Wallahu A'lam.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Jurus Lindungi Anak dan Ibu Hamil dari Vaksin

Tidak sedikit masyarakat yang menolak vaksinasi. Namun dikarenakan minimnya pemahaman, orang-orang yang ingin menolak vaksinasi seringkali kesulitan untuk mengungkapkannya. Berikut ini tips untuk melindungi anak dan ibu hamil dari vaksin:

- ✓ Bila ibu melakukan pemeriksaan kehamilan di rumah sakit, puskesmas, klinik atau Bidan, kata-kata pertama yang harus ibu sampaikan adalah **ibu tidak bersedia untuk di imunisasi "tetanus toxaid"**. Bila ibu menunda perkataan ini, ibu akan langsung disuntik
- ✓ Bila ibu akan melahirkan, buatlah surat pernyataan yang dibuat di rumah dan ditandatangani oleh **suami/ibu sendiri yang menyatakan bahwa jika bayi sudah lahir, ibu atau suami tidak ingin anaknya diimunisasi dengan vaksin Hepatitis B/BCG**
- ✓ Bila tidak disiapkan sebelumnya, maka bayi itu akan langsung di imunisasi tanpa ada pemberitahuan terlebih dahulu kepada orang tua si bayi
- ✓ Bila ibu membawa anak ke tempat pelayanan kesehatan, katakan bahwa saya datang ke sini tidak untuk imunisasi, tapi hanya ingin mengetahui keadaan tumbuh kembang anak saya. Bila ibu mendapat penjelasan tentang imunisasi dan ibu tetap yakin akan dalil yang telah ditetapkan oleh agama, maka ibu bisa katakan, **"saya hanya takut kepada Allah swt dan dilarang takut pada selain-Nya, seperti kuman/penyakit."** (Tabloid Bekam-Hidup Sehat Secara Islami & Alami, Edisi 4 cet. Ke 7, Th. II, Hal. 19)

3. Berobat dengan madu

Firman Allah Swt tentang lebah yang terdapat dalam Kitab Suci Al-Quran, QS. An Nahl ayat 69. "Dari perut lebah itu keluar minuman madu yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang memikirkan."

Hadis riwayat Abu Said Al-Khudri ra., ia berkata: "Ada seorang lelaki datang kepada Nabi saw. lalu berkata: Saudaraku merasa mual-mual perutnya. Rasulullah saw. bersabda: Minumkanlah madu! Setelah orang itu memberi minum madu kepada saudaranya, dia datang lagi kepada Nabi saw. dan melapor: Aku telah meminumkannya madu tetapi dia malah bertambah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mulas. Kejadian itu berulang sampai tiga kali. Pada kali yang keempat Rasulullah saw. tetap bersabda: Minumkanlah madu! Orang itupun masih saja melapor: Aku benar-benar telah meminumkannya madu tetapi dia malah bertambah mulas, maka Rasulullah saw. bersabda: Maha benar Allah (dalam firman-Nya, surat An-Nahl ayat 69) dan ada yang tidak beres dengan perut saudaramu itu (madunya tidak diminum). Akhirnya Rasulullah saw. sendiri yang meminumkannya madu dan saudara orang itupun sembuh" (Shahih Muslim No.4107).

Madu mengandung sejumlah manfaat sebagaimana Al-Muwaffiq Al-Baghdadi dan selainnya menyebutkan secara ringkas. Mereka berkata, "ia dapat membersihkan kotoran-kotoran dalam pembuluh darah dan usus, mencegah zat-zat reduksi yang merusak dan membersihkan kotoran dalam perut. Madu dapat menciptakan suhu panas yang normal untuk tubuh, membuka pembuluh darah, menguatkan lambung, liver, ginjal, dan jalur-jalur pembuangan. Ia juga dapat menetralisir kelembaban baik dengna cara dimakan dan dioles serta menjadi nutrisi. Fungsi lainnya adalah mengawetkan makanan yang diadon dan menghilangkan rasa obat yang tidak enak, membersihkan liver dan paru-paru, memperlancar air seni dan haid, mengobati batuk yang berdahak. Apabila ditambahkan cuka, maka akan bermanfaat bagi penderita penyakit kuning. Madu juga termasuk salah satu nutrisi, jenis obat, minuman, manisan dan biasa digunakan sebagai salep. Di antara manfaatnya adalah sebagai obat bahan pengawet daging dan buah-buhan yang kesegarannya tetap terjaga sampai tiga bulan. Jika dioleskan ke badan yang ada kutunya, maka madu akan dapat membunuhnya bahkan telurnya. Bisa pula menyuburkan, memperindah dan melembutkan rambut. Apabila diteteskan ke mata maka penglihatan akan menjadi terang. Kalau digunakan menggosok gigi, maka gigi akan menjadi putih, kuat, dan sehat. Madu memiliki kemampuan untuk mengawetkan jasad mayat sehingga tidak cepat rusak. Disamping itu, ia aman daripada efek samping dan sedikit bahayanya. Para ahli pengobatan zaman dahulu tidak menggunakan obat-obatan campuran, kecuali madu. Bahkan kebanyakan kitab-kitab mereka tidak pernah menyebutkan gula."

4. Berobat dengan Jintan Hitam/Habbatussauda

Hadis riwayat Abu Hurairah ra.: "Rasulullah saw. bersabda: Sesungguhnya pada jintan hitam itu terdapat obat untuk segala macam penyakit kecuali *as-saam* (kematian)" (Shahih Muslim No.4104). Dari Ubaidillah bin Buraidah, dari Nabi saw bersabda:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"Sesungguhnya habbatussauda itu di dalamnya mengandung obat penyembuh". Dia berkata, dalam redaksi lain disebutkan: "dikatakan, apakah habbatussauda?" Dia berkata, "Asy-Syuniz." Dia berkata, "Bagaimana yang aku lakukan terhadapnya?" Dia berkata, "Engkau ambil dua puluh satu biji, letakkan pada selembar kain lalu rendam dalam air satu malam. Pagi harinya teteskan di lubang hidung kanan satu kali dan kiri dua kali. Keesokan harinya teteskan di lubang hidung kanan dua kali dan kiri satu kali. Pada hari ketiga teteskan di lubang hidung kanan satu kali dan kiri dua kali." Berdasarkan keterangan ini diketahui bahwa pernyataan "obat segala penyakit" tidak berarti digunakan tanpa campuran. Bahkan terkadang dicampur dengan bahan lain dan terkadang tidak. Sesekali digunakan tanpa ditumbuk dan pada kali lain digunakan setelah ditumbuk. Demikian juga bisa digunakan dengan cara dimakan, diminum, diteteskan lewat hidung, ditempelkan dan lainnya.

Dikatakan maksud kalimat "segala penyakit" adalah yang bisa diobati dengannya, karena ia bermanfaat bagi penyakit-penyakit yang bersifat dingin dan tidak untuk penyakit-penyakit yang bersifat panas. Sebagian ahli pengobatan berkata, "sifat habbatussauda" adalah panas dan kering. Ia dapat menghilangkan bengkak, bermanfaat mengobati demam, batuk berdahak, membuka sumbatan-sumbatan dan angin, dan mengeringkan bagian yang basah di usus. Apabila dihaluskan dan dicampur dengan madu dan diminum dengan air panas, maka ia menghancurkan batu ginjal dan memperlancar air kencing serta haid. Ia juga mengandung fungsi sebagai pembersih haid dan menghentikannya. Meneteskan tiga kali minyak habatussauda di dalam *nebulezer* (alat bantu pernafasan), maka aromanya dapat bermanfaat mengobati pilek yang bersifat dingin dan bisa mengobati sakit asma. Kalau dimasak dengan cuka, lalu digunakan berkumur-kumur niscaya menghilangkan sakit gigi yang diakibatkan cuaca dingin. Dan masih banyak lagi khasiat pengobatan dengan jintan hitam ini (pembahasan berikutnya), karena ia juga sering disebut sebagai *blessed seed*/biji yang diberkahi.

Ketika seseorang sakit biasanya diberi makan bubur karena pencernaannya kurang baik. Hadis riwayat Aisyah ra., istri Nabi saw.: "Bahwa apabila salah seorang anggota keluarganya meninggal dunia maka berkumpullah para wanita kemudian mereka berpisah lagi kecuali keluarga dan kerabat dekatnya lalu ia menyuruh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diambilkan seperiuk sup terigu kemudian dimasak untuk dijadikan bubur talbinah tersebut lalu dituangkan ke atas periuk tadi, ia pun berkata: Makanlah bubur ini! Sesungguhnya, aku pernah mendengar Rasulullah saw. bersabda: Bubur Talbinah itu dapat menyegarkan hati orang yang sakit dan dapat mengurangi sebagian rasa sedih" (Shahih Muslim No.4106). Apabila dicampur dengan minyak habbatussauda satu sendok makan, dapat memulihkan dan menambah energi.

Yang harus kita yakini adalah setiap penyakit pasti ada obatnya: "Allah menurunkan penyakit dan menurunkan pula obatnya, diketahui oleh yang mengetahui dan tidak akan diketahui oleh orang yang tidak mengerti" (HR. Bukhari dan Muslim). Obatnya itu pasti sesuatu yang halal. Bukan yang haram. Allah tidak menjadikan obat dengan apa yang diharamkan bagi kamu. (HR. Al-Baihaqi) Kesehatan adalah hal yang penting setelah Iman. Oleh karena itu hendaknya kita jaga. Mohonlah kepada Allah kesehatan (keselamatan). Sesungguhnya karunia yang lebih baik sesudah keimanan adalah kesehatan (keselamatan) (HR. Ibnu Majah).

5. Berobat dengan Bekam (*Al-Hijamah*)

Akhir-akhir ini, terapi bekam telah menempati kedudukan menonjol di jajaran berbagai metode terapi lain yang ada di berbagai negara, karena banyak ahli pengobatan yang mengetahui khasiat bekam yang menakjubkan dalam mengobati berbagai macam penyakit. Eropa, Amerika, Jepang, Cina dan negara-negara lain memiliki banyak klinik bekam atau *cupping therapy,* sedangkan kita umat muslim sendiri tidak memedulikan metode terapi ini. Tidak memiliki kesadaran mengenai apa itu bekam dan manfaatnya terhadap kesehatan tubuh. Bahkan, sebagian dari kita bersikeras ingin mengaborsi "janin" ini sebelum lahir, lantas menguburkannya, sehingga tidak ada orang yang bisa mendengar atau membaca mengenainya. Mereka menyebutnya dengan berbagai nama, seperti pengobatan alternatif dan pengobatan tradisional. Banyak pula bahkan yang memiliki ketakutan terhadapnya. Karena ketakutan ini atau ketidakpahaman ini lantaran kesombongan dan kebodohannya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak mau mempelajari dan mengabaikan khasiat bekam dengan seksama dan sebenar-benarnya, maka sudah waktunya bagi anda untuk mengetahui secara benar mengenai bekam.

Menurut data sejarah, sesungguhnya bekam sudah dikenal bangsa-bangsa purba sejak kerajaan Sumeria (daerah yang masuk wilayah Irak) sekitar 4000 tahun SM, lalu bekam berkembang di Babilonia, Mesir, Saba' dan Persia. Kemudian di Cina, bekam berkembang sekitar 2500 tahun SM, sebelum berkuasanya Kaisar Yao. Dan di Cina inilah bekam berkembang dengan berdasarkan titik-titik akupuntur. Sedangkan, Masyarakat Mesir kuno (zaman kekuasaan Fir'aun) mengenal bekam sekitar tahun 2500 SM, secara tidak sengaja pada masa itu banyak orang-orang dilempari batu, lalu terjadi lebam dan setelah dikeluarkan darahnya, ternyata banyak yang sembuh penyakitnya. Demikian pula dengan bangsa Persia (bangsa Aria, India, Yunani, Romawi, Jerman, rumpun Asia Eropa lainnya) sekitar tahun 3000 SM, bekam berkembang dengan pengobatan *fashid* (pengobatan untuk mengeluarkan darah dari tubuh), *kay,* pembedahan, ramuan herbal (tumbuh-tumbuhan laut, akar-akaran, biji-bijian, bunga dan getah-getahan). Di zaman Rasulullah saw, bekam sudah banyak dikerjakan para sahabat. Bahkan menjadi sunnah dan kebiasaan mereka. Nabi Muhammad saw selain memerintahkan umatnya untuk berobat dengan bekam, juga telah memberikan kesempurnaan pada bekam dengan menunjukkan titik-titik yang sangat efektif dan efisien untuk pengobatan, yang kemudian dikenal sebagai titik-titik hijamah. Walaupun Nabi saw sendiri bukan thabib, namun semua perbuatannya berdasarkan petunjuk Allah swt.

Menggambarkan pentingnya bekam, ulama terkemuka dari Kairo, Syekh Muhammad Yusuf Qardhawi menyatakan, "Kalau suatu negara kefakiran ahli bekam, niscaya kebinasaan mengancam, yang berarti pula mereka menyerahkan dirinya kepada kebinasaan. Padahal Allah swt yang menurunkan penyakit, Dia juga menurunkan obatnya dan Ia membimbing umat manusia untuk menggunakan obat tersebut". Hal yang perlu dicermati, adalah bahwa Rasulullah saw (dalam berbagai rekaman haditsnya) tidak pernah menanyakan balik tentang apa dan bagaimana melakukan bekam tersebut, sehingga dapat diartikan bahwa bekam sudah merupakan jenis pengobatan yang lazim (tidak asing) pada masa itu.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Definisi Terapi Bekam (*al-hijamah)*

Bekam memiliki beberapa sebutan, antara lain: *Al-Hijamah* (Arab), *Blood Cupping* dan *Fire Bottle* (Inggris), *Pa Hou Kuan* (Mandarin-China), Canduk, Canthuk, kop atau Mambakan (Indonesia/Melayu). Istilah bekam berasal dari bahasa melayu (yang diadaptasi juga dalam Bahasa Indonesia), yang berarti melepas (membuang) darah kotor (toksin) dan atau angin dari badan. Istilah *Al-Hijamah* dalam bahasa arab berasal dari kata *Al-Hijmu* yang berarti pekerjaan, yaitu membekam. *Al-Hajjam* berarti ahli bekam. Sedangkan *Al-Mihjam* atau *Al-Mihjamah* merupakan alat untuk membekam, yang berupa gelas untuk menampung darah yang dikeluarkan dari kulit, atau gelas untuk mengumpulkan darah hijamah. Maka secara bahasa, bekam berarti menghisap. Menurut istilah, bekam berarti peristiwa penghisapan kulit, penyayatan dan pengeluaran darahnya dari permukaan kulit yang kemudian ditampung di dalam gelas.

Dalam kitab-kitab arab, menyebutkan pengertian bekam adalah mengeluarkan darah dari kulit dengan cara menghisap, kemudian penyayatan ringan pada permukaan kulit, kemudian dilakukan penghisapan lagi agar darah bisa keluar dan menimbulkan kesembuhan dengan izin Allah swt. Sedangkan dalam buku-buku eropa, bekam didefinisikan dengan suatu metode pengobatan dengan menggunakan tabung atau gelas yang ditelungkupkan pada permukaan kulit agar menimbulkan bendungan lokal. Hal ini disebabkan oleh tekanan negatif di dalam tabung yang sebelumnya benda-benda dibakar dan dimasukkan dalam tabung agar terjadi pengumpulan darah lokal. Kemudian darah tersebut dikeluarkan dari kulit dengan dihisap, dengan tujuan meningkatkan sirkulasi energi chi dan darah, menimbulkan efek analgetik (menghilangkan nyeri), mengurangi pembengkakan, serta mengusir pathogen angin, baik dingin maupun lembab. Maka prinsipnya bekam adalah pengobatan dengan cara menghisap permukaan kulit, sehingga darah dan segala sesuatu yang berada di bawah kulit akan ikut tersedot dan membanjiri daerah yang dihisap tersebut, dan terjadilah fenomena pengumpulan darah.

Ada beberapa cara untuk menghisap, diantaranya adalah: dengan memakai panas atau api yang dimasukkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam tabung sehingga dapat menghisap kulit, dengan tanduk binatang, bebatuan, bambu, gelas (cara tradisional), tabung kaca/fiber glass disertai alat penghisap (cara modern). Selain dengan api, para thabib zaman dahulu juga memakai ramuan herbal yang dipanaskan, sehingga panasnya dapat menghisap kulit, diantaranya adalah: habbat sauda, qushtul bahri, tamr, 'ud hindi, herba ephedrae, herba serissae, akar angelicae, gantianae macrophyllae, follium artemisiane argyi dan lain-lain. Ada pula jenis bekam yang disertai pengeluaran darah sehingga darah keluar dari kulit disebut dengan bekam *damiyah,* bekam *rutbah* atau bekam basah. Ada yang tanpa pengeluaran darah, yakni darah cukup mengumpul di bawah kulit saja yang disebut dengan *jaffah* atau bekam kering. Bekam kering dipakai di China, Jepang dan sebagian negara Eropa dan Amerika. Sedangkan di Arab dipakai bekam basah. Pemilihan jenis bekam ini tergantung dari tujuan pengobatan itu sendiri.

b. Sabda Nabi saw yang Merekomendasikan Terapi Bekam

Berawal dari sabda Rasullulah saw: "Jibril memberitahu padaku bahwa hijamah merupakan pengobatan paling bermanfaat bagi manusia." Sebagai metode pengobatan, bekam merupakan pilihan yang paling tepat ketika dunia kedokteran tidak bisa mengatasinya. Tanpa teknologi canggih, bekam bahkan mampu menyembuhkan 72 jenis penyakit.
Dari Ibnu Abas r.a, dari Nabi saw bersabda:

مَا مَرَرْتُ لَيْلَةَ أُسْرِيَ بِي بِمَلَإٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ إِلَّا قَالُوا يَا مُحَمَّدُ مُرْ أُمَّتَكَ بِالْحِجَامَةِ

"Tidaklah aku berlalu di hadapan sekelompok malaikat pada malam perjalanan isra'ku, kecuali mereka berkata: "Wahai Muhammad, perintahkan umatmu supaya berbekam" (HR. Bazzar dari Ibnu Abbas dan Tirmidzi dari Ibnu Mas'ud).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam riwayat lain:

مَامَرَرْتُ بِمَلَإٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ إِلَّا أَمَرُونِي بِالْحِجَامَةِ

"Tidaklah aku berjalan dihadapan sekelompok malaikat kecuali mereka memerintahkanku untuk berbekam." (HR. Thabrani).

Dari Ibnu Umar, r.a bahwa Rasulullah saw bersabda, *"Tidaklah aku melalui satu dari langit-langit yang ada melainkan para Malaikat mengatakan, "Hai Muhammad, perintahkan umatmu untuk berbekam, karena sebaik-baik sarana yang kalian pergunakan untuk berobat adalah bekam, al-kist (cendana india) dan syuniz (jintan hitam)".*

Dari Sa'id bin Jubair, dari Ibnu 'Abbas, Rasulullah saw bersabda:

الشِّفَاءُ فِي ثَلَاثَةٍ: شَرْبَةُ عَسَلٍ، وشُرْطَةُ مِحْجَمٍ، وَكَيَّةُ نَارٍ، وَإِنِّي أَنْهَى أُمَّتِي عَنِ الْكَيِّ

"Kesembuhan itu terdapat pada 3 hal: minum madu, sayatan dengan bekam, dan kay dengan api, namun aku melarang umatku melakukan kay" (shohih bukhori, Ath-Thibb, juz 1 hal, 5680)

Rasulullah saw bersabda:

عَنْ أَنَسٍ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ خَيْرُ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ

Sesungguhnya metode pengobatan kalian yang terbaik adalah bekam" (HR Imam Bukhari)

Dapat disimpulkan bahwa metode pengobatan bekam merupakan suatu teknik detoksifikasi (pengeluaran racun dalam tubuh) yang efektif menyembuhkan berbagai macam jenis penyakit dari yang ringan hingga berat sekalipun dengan menghilangkan sumber penyakitnya, bukan gejalanya saja, tanpa memiliki akibat sampingan.

Dari Ibnu 'Abbas ra, ia berkata: Nabi saw bersabda: *"Sebaik-baik hamba saya adalah yang pandai membekam, ia membuang darah, melunakkan yang keras, dan menajamkan penglihatan"* (HR. Tirmidzi, ia berkata: Hasan Gharib). Dari Hasan Basri, ia berkata: Rasulullah saw bersabda: *"Sungguh, kalian pasti*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perlu berobat, sedangkan pengobatan terbaik yang kalian gunakan adalah bekam" (Hadits ini mursal, diriwayatkan oleh Ibnu Jarir dan Baihaqi). Hadits-hadits di atas ini menunjukkan betapa besarnya manfaat terapi bekam sehingga Rasulullah saw sangat antusias sekali terhadapnya. Tidak ada pilihan bagi kita umat muslim selain mengucapkan, "Kami mendengar dan kami taat." Tidak ada keraguan mengenainya, justru setiap muslim wajib mengimaninya.

c. Perbuatan Nabi saw yang Mendukung Terapi Bekam

Ahmad bin Muhammad meriwayatkan dari Abu Muhammad bin Khalid, dari Abdullah bin Bukair, dari Zurarah bin A'yan, dari Abu Ja'far al Baqir yang berkata, *"Rasulullah saw pernah bersabda bahwa bekam di bagian kepala akan menyembuhkan semua penyakit kecuali racun (yang dimaksud racun/as-sam di sini adalah kematian)"*.

Dari Ibnu Abbas mengatakan bahwa Nabi saw berbekam pada kepalanya yang sering pusing-pusing (HR. Bukhari). Di dalam hadits lain termuat: *"Lakukanlah olehmu berbekam pada Kahil (tengkuk/rongga kuduk), karena menyembuhkan tujuh puluh dua penyakit"*. Diriwayatkan oleh Tirmidzi dalam kitab Sunan no. 2053, Ibnu Majah no. 3478, dan Hakim IV/212 bahwa Rasulullah saw bersabda: "*Hendaklah kalian berbekam pada tengah qomahduwah (tulang yang menonjol di bagian belakang kepala terletak diantara telinga) karena dapat menyembuhan 72 penyakit.*" Segolongan dari mereka menganggapnya baik dan mengatakan bahwa hal itu bermanfaat terhadap penyembuhan masalah bola mata (konjungsi), kelebatan alis, dan kelebatan bulu mata, disamping bermanfaat pula terhadap kotoran kelopak mata. Sehingga tolak ukur utama hasil setelah berbekam adalah: mempertajam penglihatan (bahkan menormalkan bagi yang bermasalah mata), mencerdaskan otak dan membuat badan terasa ringan (karena peredaran darah lancar).

Dari Jabir bin Abullah: "*Bahwa Rasulullah saw berbekam pada pinggulnya (warik) disebabkan oleh luka memar.*" (HR. Abu Dawud). Dalam hadits riwayat Nasai, dari Qatadah, dari Anas: "*Bahwa Rasulullah saw berbekam ketika ihram pada (dzohril qodami) punggung telapak kaki disebabkan oleh luka memar*." Dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Shohih Bukhori dan Muslim, dari Anas ra, bahwasanya Rasulullah saw berbekam pada tiga tempat; satu di atas kahil (tengkuk/ rongga kuduk/punuk) dan dua pada akhda'ain (kedua urat leher). "*Sesungguhnya Nabi saw telah berbekam di kepala (ummu mughits; ubun-ubun/puncak kepala) dalam keadaan ihram karena sakit kepala.*" (HR. Bukhori).

d. Detoksifikasi Melalui Bekam

Mengapa "Bekam" yang disabdakan oleh Rasulullah saw sebagai pengobatan terbaik disamping yang lainnya? Karena berbekam pada intinya ialah membuang toksin (sel darah merah yang usang) dari tubuh yang harus dibuang agar terjadi produksi sel-sel darah yang baru. Bekam, atau dalam bahasa Arab dikenal dengan istilah *hijamah*, berarti membuang darah. Tapi, dilihat dari prakteknya, bekam merupakan metode pengobatan dengan cara mengeluarkan darah kotor dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Yang dimaksud dengan darah kotor adalah darah yang mengandung racun atau darah statis yang menyumbat peredaran darah, mengakibatkan sistem peredaran darah dalam tubuh tidak berjalan sebagaimana adanya, sehingga menyebabkan terganggunya kesehatan seseorang, baik secara fisik maupun mental.

Bagaimana darah bisa kotor? Masuknya racun yang mengotori darah bisa melalui makanan yang mengandung: *pestisida, insektisida, fungisida* yang berasal dari penyemprotan dan pemupukan saat ditanam, penyedap makanan, bahan pengawet, pemanis buatan (aspartame), bahan pewarna tekstil, borax, formalin, MSG, hormon, logam berat dan sebaginya, juga ayam potong, telur, dan hewan ternak lainnya mengandung obat-obatan dan bahan kimia yang berasal dari suntikan dan makanannya; melalui minuman yang mengandung: pemanis buatan (aspartame), zat pewarna, zat *aroma-essence*, logam berat, fluoride, kaporit, merkuri dan lain-lain; melalui pernafasan yang disebabkan oleh polusi udara dari asap kendaraan, asap pabrik, asap rokok dan sebagainya. Serta melalui obat-obatan yang berupa *antibiotik, analgesik, anti pyrertic* dan sebagainya. Dari empat pintu masuk tersebut, darah kotor lalu menumpuk di bawah kulit. Kita tak mungkin dapat menghindarkan diri dari semua toksin itu. Kita akan terserang penyakit manakala tubuh tak mampu lagi bertahan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

karena jumlah toksinnya telah melewati ambang toleransi. Jika darah kotor tersebut tidak dikeluarkan, maka tubuh akan melemah dan terserang penyakit. Untuk menyembuhkan penyakitnya, tidak ada cara yang paling efektif selain bekam.

Berobat dengan cara Hijamah/Bekam sebagaimana yang dianjurkan Rasulullah saw 14 abad yang lalu. Yaitu dengan mengeluarkan/membuang darah kotor yang mengandung toksin tersebut pada titik-titik tertentu dari tubuh. Dengan hilangnya darah kotor, metabolisme tubuh akan berjalan sebagaimana mestinya sehingga akan meningkatkan imunitas tubuh. Imunitas tubuh yang kuat akan membasmi virus yang ada dalam tubuh dan mencegah masuknya virus dari luar, sehingga tubuh menjadi sehat dan kuat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode pengobatan bekam merupakan suatu teknik detoksifikasi (pengeluaran racun dalam tubuh) yang efektif menyembuhkan berbagai macam jenis penyakit dari yang ringan hingga berat sekalipun dengan menghilangkan sumber penyakitnya, bukan gejalanya saja, tanpa memiliki akibat sampingan. Sehingga terwujudlah kesembuhan dengan izin Allah swt.

Hasil penelitian medis modern telah mendapatkan bukti yang menakjubkan para ahli, yaitu bahwa bekam ternyata hanya mengambil bagian darah kotor saja (sel darah merah yang abnormal, sampah kreatin, dan lainnya), sedangkan darah bersih, sel darah putih dan zat-zat penting lainnya tidak terusik. Darah kotor jumlahnya terbatas. Bila dibandingkan dengan darah yang diambil saat donor, jumlahnya kurang lebih hanya seperempatnya. Bekam tidak sama dengan donor darah. Bekam mengeluarkan darah kotor yang berada di bawah kulit. Karena yang dikeluarkan adalah darah kotor, maka akan memberi efek ringan dan segar pada tubuh. Sedangkan donor darah yang diambil adalah darah bersih melalui urat nadi sehingga memberi efek lemas, pusing atau mata berkunang-kunang.

e. Manfaat Berbekam

Bekam mempunyai kemampuan yang nyata dalam meyembuhkan banyak penyakit. Penyakit-penyakit yang telah diobati dengan bekam yang telah terbukti mampu dengan izin

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Allah swt, menyembuhkan beberapa penyakit diantaranya adalah:

1. Mengeluarkan darah kotor, baik darah yang teracuni maupun darah yang statis, sehingga peredaran darah yang semula tersumbat menjadi lancar kembali.
2. Meringankan tubuh. Banyaknya kandungan darah kotor yang menumpuk di bawah permukaan kulit seseorang akan mengakibatkan terasa malas dan berat. Jika dibekam, maka akan meringankan tubuhnya.
3. Menajamkan penglihatan. Tersumbatnya peredaran darah ke mata mengakibatkan penglihatan akan menjadi buram. Setelah dibekam, peredaran darah yang tersumbat kembali lancar dan mata bisa melihat dengan terang.
4. Menghilangkan berbagai macam penyakit. Rasullulah saw mengisyaratkan ada 72 macam penyakit yang dapat disembuhkan dengan jalan berbekam, seperti: Alergi, Amandel, Asam urat, Asma, Batuk, Darah tinggi, Diabetes, Diare, Depresi, Demam, Gangguan Sihir, Sakit Ginjal, Hepatitis, Impotensi, Jerawat, Liver, Jantung, Kolesterol, Masuk angin, Masalah persendian, Masalah reproduksi, Mencerdaskan otak, Migrain, Nyeri Haid, Sakit mata, Sinusitis, Sembelit, Stroke, Sakit gigi, Sakit Paru, Stres, Rematik, Vertigo, Wasir, Pengapuran, Tekanan darah rendah dan lain lain.

Daftar penyakit yang dapat disembuhkan (atas izin Allah swt) melalui bekam sangatlah panjang, namun daftar di atas dapat memberikan gambaran bagi para pengguna bekam mengenai betapa bermanfaatnya bekam bagi meningkatkan kondisi kesehatan anda. Lebih lanjut, Nabi Muhammad saw telah menyarankan agar kita melakukan bekam sebulan sekali untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan umum kita. Betapa beliau adalah pribadi yang sempurna bagi kehidupna kita, *SubhaanAllah.*

f. Waktu Berbekam

Mengingat kita secara sadar ataupun tidak telah "mengkonsumsi racun" setiap hari, apakah hijamah/bekam harus dilakukan secara rutin? Ya, sebagaimana kendaraan bermotor yang memerlukan service rutin (oil refill), tubuh kitapun perlu dibersihkan (detoksifikasi) secara berkala sebulan sekali, sebaiknya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada tanggal-tanggal yang disunnahkan Rasul, yaitu tanggal 17, 19 dan 21 bulan Qomariah/Hijriyah. Pada saat itulah darah kotor yang sudah usang sedang banyak-banyaknya mengalir tepat di bawah permukaan kulit (sebagaimana air laut yang mengalami pasang) karena pengaruh gaya gravitasi bulan, darah kotor yang dikeluarkan pun akan lebih banyak sehingga akan lebih efektif dalam pengobatan.

Sebelum berbekam, diharuskan untuk tidak makan dahulu (sekurang-kurangnya 4 jam, sebaik-baiknya 8 jam), kalaupun ingin berbekam tapi terlanjur makan, hendaknya puasa dulu sampai 2 jam, tidak berhubungan suami istri dahulu setidaknya 24 jam sebelumnya, bagi perempuan tidak sedang haid atau hamil, beberapa hari sebelumnya sudah merutinkan minum madu dan jintan hitam (*habbat sauda/nigella sativa*) serta mengawalinya dengan doa dan basmalah. Sedangkan selama proses berbekam disarankan banyak membaca surat Al-Fatihah, Ayat Kursi (QS 2:255), Surat Al-Ikhlas, Surat Al-Falaq dan Surat An-Naas.

Rasulullah saw juga menyampaikan agar kita tidak berbekam pada tanggal 13, 14, 15 setiap bulan hijriah (ketika disunnahkan untuk puasa sunnah bit/tengah bulan) atau pada hari Rabu dan Sabtu. Sedangkan waktu terbaik berbekam adalah setiap tanggal 17, 19, 21 bulan qomariah/hijriah (Syihab Al-Badri Yasin, 2007). Beliau merekomendasikan untuk berbekam pada hari senin, selasa dan kamis, serta menasehatkan agar menghindari pembekaman pada hari rabu, jumat, sabtu dan ahad (larangan ini menunjukkan makruh, bukan haram). Kita harus sepenuhnya yakin kepada sabda Rasul saw dan menjaga disiplin dalam mematuhi ketentuan hari-hari ini dalam keadaan sehat. Adapun ketika jatuh sakit atau saat darurat maka berbekam bisa dilakukan kapan saja dalam sepekan. Imam Ibnu Hanbal berbekam saat kapanpun darah beliau dalam keadaan bergejolak. Bukan berarti berbekam pada pekan awal bulan atau pekan-pekan berikutnya tidak bermanfaat. Berbekam kapanpun bermanfaat. Akan tetapi akan lebih bermanfaat dan berkhasiat apabila dilakukan pada hari-hari yang telah ditentukan oleh Rasulullah saw.

Para ahli pengobatan menjelaskan bahwa pada waktu-waktu tersebut daya gravitasi bulan sedang dalam puncaknya sehingga mempengaruhi cairan-cairan yang ada di permukaan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bumi, diantaranya adalah darah manusia. Bagaimanapun juga, kita yakin bahwa hari-hari tersebut lebih baik dibandingkan hari-hari lain untuk melakukan terapi bekam berdasarkan hadits Nabi saw tanpa mengetahui sebabnya, karena kita sangat meyakini tentang kebenaran sabda Rasulullah saw.

Dari berbagai hadits diketahui bahwa Rasulullah saw memang terbiasa berbekam kapan saja. Begitu juga saat Beliau keracunan daging kambing yang telah diracuni oleh wanita yahudi karena ingin menguji kebenaran kenabiannya, kemudian beliau melakukan bekam saat itu juga. Dan Rasulullah boleh dikata tidak pernah sakit kecuali ketika sakaratul maut, diriwayatkan beliau semasa hidup hanya mengalami dua kali sakit dan tidak pernah sakit perut. Lantas, bolehkah melakukan Hijamah/Bekam pada saat berpuasa?. Jumhur ulama membolehkan dengan berpegang pada hadits: Dari Ibnu Abbas ra bahwa *Nabi saw pernah berbekam dalam keadaan ihram dan pernah berbekam sewaktu berpuasa* (HR. Bukhari). Hadis riwayat Ibnu Buhainah ra. bahwa *Nabi saw pernah membekam tengah kepalanya ketika beliau berada di jalan menuju kota Mekah ketika beliau dalam keadaan ihram* (Shahih Muslim No.2088). Tsabit Al-Banni bertanya kepada Anas: "*Apakah kalian memakruhkan bekam bagi orang yang berpuasa pada zaman Rasulullah saw?*" *Anas menjawab, "Tidak, kecuali karena lemah."* (HR. Bukhori dan lain-lain). Berdasarkan hadits tersebut, saya menyimpulkan bahwa pendapat yang benar – insya Allah – adalah bahwa bekam itu dibolehkan bagi orang yang berpuasa, kecuali apabila ia lemah, sehingga dimakruhkan baginya. Dianjurkan agar berbekam setidaknya dua jam setelah berbuka puasa apabila khawatir mengalami kelemahan.

Catatan penting : jika keadaan darurat menuntut dilakukannya terapi bekam di awal bulan, maka merupakan kesalahan jika kita menundanya hingga pekan ketiga sesuai dengan kaidah fiqih "*adh-dharuratu tubiihul mahzhurat*" (keadaan darurat menghalalkan hal-hal yang terlarang). *Wallahu a'lam.*

g. Kondisi Pasca Berbekam

Pasca bagian tubuh yang dibekam biasanya akan terasa gatal-gatal setelah dibekam seketika itu juga atau selambat-lambatnya setelah 48 jam. Jangan khawatir akan gatal ini, karena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

rasa gatal itu sebenarnya adalah sel darah putih yang keluar ke permukaan kulit dan berusaha menutupi luka-luka akibat tusukan jarum/sayatan silet bekam yang bertanda akan lekas sembuh dari sayatan tersebut. Hal ini wajar saja, sama seperti halnya setelah digigit nyamuk, bagian tubuh yang digigit akan terasa gatal setelah itu. Maka dapat disimpulkan, **nyamuk merupakan bekam alami yang diciptakan Allah swt untuk menolong manusia** bukan sebaliknya nyamuk menjadi biang penyakit. *Wa Allahu Khoiru al-musta'an.*

Dari Aisyah ra yang berkata: "*Sesungguhnya Nabi saw mengatakan bahwa: Beliau mandi karena empat hal: janabat,hari jumat, memandikan mayat dan bekam*" (Dishahihkan Hakim dalam Al-Mustadrak). Dalam Mushannaf Abdur Razaq, terdapat bab "Berwudhu karena bekam dan bercukur": sesungguhnya Ali menganjurkan mandi karena berbekam. Disebutkan pula bahwa Abdullah bin Amru berkata: "*Sungguh, aku suka mandi karena lima hal: karena bekam, bercukur, masuk pemandian, janabat, dan hari jumat.*" Dalam kitab Subulus Salam disebutkan bahwa mandi setelah bekam merupakan sunnah. Telah diriwayatkan dari Anas bahwa Rasulullah saw berbekam dan shalat sedangkan beliau tidak berwudhu. Itu menunjukkan bahwa ia merupakan sunnah.

h. Dibolehkan Memberi Upah Juru Bekam

Dari Anas ra, bahwa ia ditanya mengenai upah juru bekam, maka ia berkata: *"Rasulullah saw pernah berbekam, beliau dibekam oleh Abu Thaibah. Beliau memberinya upah dua sha' makanan. Beliau juga berbicara kepada para tuannya agar meringankan upetinya. Beliau bersabda: 'sungguh, pengobatan kalian yang paling ideal adalah bekam dan qushtul bahri.'"* (HR. Bukhori). Dari Ibnu Abas ra, ia berkata: *"Nabi saw pernah dibekam seorang budak milik bai Bayadhah. Nabi saw memberikan upah kepadanya. Beliau juga berbicara kepada tuannya sehingga upetinya diringankan. Andaikata upah bekam itu haram, tentulah Nabi tidak memberikannya."* Sementara itu, diriwayatkan dari Rafi' bin Khudaij, ia berkata: Aku pernah mendengar Rasulullah saw bersabda: "Seburuk-buruk mata pencaharian adalah upah pelacur, hasil penjualan anjing dan mata pencaharian juru bekam (HR. Bukhori).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ibnul Qoyyim berkata: penyebutan upah juru bekam sebagai *khabits* (buruk) ini seperti penamaan bawang putih dan bawang merah sebagai *khabitsain* (dua hal yang buruk) tetapi tidak mengharamkan keduanya. Dari Ibnu 'Abbas ra, ia berkata, *"Nabi saw berbekam dan memberikan upah kepada juru bekam, jika beliau memakruhkannya tentulah beliau tidak memberikannya"*.

Upah yang diperoleh juru bekam merupakan kompensasi dari waktu yang digunakannya untuk membekam. Ini berlaku bagi siapa yang menjadikam bekam sebagai profesinya, seperti dokter. Tetapi, hendaklah juru bekam tidak menarik upah yang mahal. Banyak sahabat Nabi saw dan ulama yang memberikan rukhsah terkait dengan upah juru bekam, tetapi mereka melarang penarikan upah yang mahal, sehingga orang-orang miskin dan membutuhkan tidak mampu membayarnya. Demikianlah, *wallahu a'lam.* Segala puji dan karunia hanyalah milik-Nya.

i. Beberapa Pertanyaan Mengenai Bekam?

Apakah dibolehkan laki-laki mengobati wanita dengan hijamah dan sebaliknya? Selain dengan mahramnya, laki-laki dilarang mengobati wanita dengan hijamah dan sebaliknya.

Telah disebutkan di atas bahwa selain karena virus, penyakit dapat pula disebabkan oleh masalah kejiwaan (stress, depresi dll) dan gangguan jin/setan ataupun gangguan sihir. Bagaimana mengatasinya? Penyakit yang disebabkan oleh masalah kejiwaan diobati dengan nasihat dan bimbingan agama. Penyakit yang disebabkan oleh gangguan jin/setan juga bisa diobati dengan Bekam yang dikombinasikan dengan doa-doa Ruqyah Syar'iyyah (pembahasan selanjutnya).

Apabila telah berikhtiar dengan pembekaman tetapi penyakitnya belum sembuh juga? Kesembuhan berada di tangan Allah swt. Bila Ia belum berkehendak, kesembuhan tak akan datang. Tetaplah sabar sambil terus berikhtiar dan berdoa mohon kesembuhan kepada-Nya. Nabi saw bersabda: *"Berobatlah kalian wahai hamba-hamba Allah, karena Allah Ta'ala tidak menciptakan penyakit melainkan juga menciptakan obatnya, kecuali satu penyakit saja yaitu tua renta"* (Sunan Abu Dawud).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

j. Beberapa Langkah Pelaksanaan Bekam

Membekam tidak hanya sekedar meletakkan gelas penghisap pada permukaan kulit, lalu menarik pelatuk sehingga kulit terhisap. Cara ini memang bisa menyembuhkan. Namun, untuk penyakit-penyakit tertentu, penanganannya tidak sesederhana itu. Perlu teknik dan perlakuan bekam yang lebih serius. Untuk itu, diperlukan langkah-langkah yang sistematis sehingga bekam bisa memberikan kesembuhan yang lebih baik, diantaranya adalah:

Pertama : menyiapkan alat, pasien dan juru bekam

Sebelum melakukan bekam, maka perlu dilakukan persiapan agar proses bekam dapat berjalan sempurna. Ada tiga hal yang harus dipersiapkan, yaitu: alat, sarana dan ruangan yang akan dipakai; pasien yang akan dibekam; dan orang yang akan melakukan bekam.

1. Menyiapkan alat, sarana dan ruangan

   Tujuan menyiapkan alat dan sarana ini adalah agar bisa memulai bekam dengan baik dan di tengah-tengah perjalanan tidak ada gangguan. Misalnya alat yang tertinggal dan bisa mengantisipasi apabila terjadi sesuatu saat dibekam atau setelah dibekam. Demikian pula bila pasien tiba-tiba pingsan atau timbul pendarahan. Selain itu, juga perlu menyiapkan ruangan agar mendukung kesehatan pasien. Jika ruangan yang digunakan tidak tepat atau penataan yang kurang memadai, maka akan bisa menghambat kesembuhan pasien. Yang paling utama adalah menyiapkan agar alat-alat yang dipakai bisa steril. Sebab, banyak penyakit yang ditularkan lewat alat yang tidak steril, seperti hepatitis dan HIV. Di samping, justru pasien yang sebelumnya sehat, setelah dibekam malah menjadi sakit karena tertular alat bekam yang tidak steril. Begitu juga pasien yang sakit bisa menulari juru bekam.

   a. Alat yang dipersiapkan meliputi: kop/tabung penghisap kulit, skapel, jarum, pisau bedah, lancet, duk kain, sarung tangan, masker wajah, pinset anatomis, mangkok/cawan, tempat sampah, meja, matras/kasur, dan kursi
   b. Bahan yang disiapkan meliputi: tissu, kasa, kapas, disinfektan, sabun, minyak zaitun, minyak habbat sauda

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Mensterilkan alat agar bebas dari kuman dan tidak menyebarkan penyakit, dengan cara: merebus tabung kop paling sedikit 30 menit setelah air mendidih (karet dilepas dulu).

d. Jarum, pinset, pisau, silet, hanya boleh sekali pakai. Selesai satu pasien langsung dibuang

e. Ruangan harus bersih, terang, cukup aliran udara dan tidak pengap

f. Jika keadaan memadai perlu dipersiapkan tabung oksigen sebagai tindakan preventif bila terjadi syok karena takut

g. Bila memungkinkan disiapkan formulir untuk rekaman perjalanan penyakit pasien beserta terapi-terapinya.

2. Menyiapkan pasien

Pasien perlu dipersiapkan terlebih dahulu, baik persiapan mental maupun fisik. Pasien perlu diberikan penjelasan tentang cara membekam, manfaat, hal-hal yang akan dialaminya ketika dibekam dan efek samping yang mungkn akan timbul setelah bekam. Pasien juga dijelaskan tentang bekam, efek yang terjadi, proses kesembuhan dan yang lainnya.

a. Pasien disiapkan mental agar tidak gelisah dan takut, bimbinglah ia dengan menyuruh melantunkan doa dan berwudhu terlebih dahulu

b. Bagi pasien yang belum pernah dibekam cukup dibekam 1-2 gelas, atau perintahkan ia untuk menyaksikan orang yang sedang dibekam

c. Menjaga kebersihan tubuh pasien dan kebersihan tempat yang akan dibekam

d. Bagian tubuh pasien yang akan dibekam, hendaknya ditutup dengan duk steril yang berlubang tengahnya, sehingga bekam cukup dilakukan di daerah yang ditutupi duk steril

e. Seyogyanya bagian tubuh lain yang tidak dibekam ditutupi dengan kain

f. Sebaiknya wanita membekam wanita dan laki-laki membekam laki-laki. Dan diusahakan agar tidak membuka bagian tubuh yang tidak perlu. Hal ini dimaksudkan agar lebih menjaga aurat tubuh pasien

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

g. Posisi pasien harus nyaman, baik bagi pasien sendiri maupun bagi yang akan membekam. Dengan posisi nyaman tersebut diharapkan pasien bisa menahan rasa sakit selama waktu pembekaman. Sedangkan bagi yang membekam bisa lebih mudah dan optimal dalam mencapai titik-titik yang akan dibekam. Beberapa sikap saat dibekam:

1) Sikap berbaring terlentang. Sikap ini untuk mencapai daerah muka, leher, dada, perut dan tungkai depan
2) Sikap berbaring telungkup. Sikap ini untuk mencapai bagian punggung, pinggang, tengkuk dan tungkai bagian belakang
3) Sikap duduk di kursi sambil meletakkan kedua tangannya di meja dan menopang dagu. Ini dipakai untuk membekam kepala dan wajah
4) Sikap duduk di kursi dengan kedua lengan ke depan lurus diletakkan di atas meja. Sikap ini untuk bekam di daerah tangan atau lengan
5) Sikap duduk di kursi, tubuh menghadap meja. Sikap ini dipakai untuk membekam aerah tengkuk, leher samping, bahu, punggung dan pinggang
6) Sikap duduk di kursi, dengan lengan menutup di atas meja. Ini untuk membekam daerah tangan.

h. Hati-hati membekam pada pasien-pasien di bawah ini. Karena bisa mengakibatkan pingsan. Pasien-pasien yang mudah pingsan, secara umum mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: pasien yang takut dan tegang, tubuhnya lelah dan lemah, memiliki penyakit berat, belum makan atau baru saja selesai makan, baru selesai melakukan hubungan suami-istri, baru saja dibekam banyak.

3. Menyiapkan diri sendiri (juru bekam)

Persiapannya sebagai berikut: juru bekam dalam kondisi sehat wal 'afiyat, sudah berwudhu dan berdoa, juru bekam telah menguasai ilmu bekam (profesional), juru bekam sudah sering dibekam dan membekam, juru bekam sebaiknya orang yang selalu meningkatkan iman dan taqwa, juru bekam sudah mengecek semua peralatan dan sarana yang akan dipakai.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kedua: mendata pasien

Data yang perlu dicatat, meliputi: identitas umum pasien: nama, alamat, usia, jenis kelamin, status, frekuensi terapi bekam dan identitas keluarga: kedudukan dalam keluarga, pekerjaan, biasanya penyakit pasien berhubungan dengan pekerjaannya.

Ketiga: mewawancarai pasien

Tujuan mewawancarai adalah untuk mengetahui maksud pasien mencari pengobatan, serta mendalami penyakit dan keluhan yang dialami, seperti; keluhan utamanya, keluhan tambahannya, kemugnkinan ada riwayat penyakit pada masa lalu dan keluhan dari masing-masing organ tubuh.

Keempat: memeriksa pasien & pengobatannya

Setelah mengetahui keluhan yang diderita pasien pada organ tubuh yang sakit. Cara pemeriksaannya sangatlah sederhana dengan perabaan dan pengamatan temperatur suhu badan pasien pada organ tubuh yang dikeluhkan. Maka, jika terasa suhu badan di salah satu titik organ tubuh tersebut lebih panas/hangat, di situlah harus dilakukan pembekaman. Bisa juga memeriksa pasien secara tradisional, seperti; memeriksa iris mata (iridologi), lidah, telinga, telapak tangan. Adapun secara medis modern dengan laboratorium, radiology, CT-Scan, MRI, dan lain sebagainya.

Kelima: melakukan pembekaman

Setelah diketahui bagian tubuh yang dikeluhkan, maka pembekaman akan dilaksanakan, diantaranya adalah; mengawali dengan membaca doa meminta kesembuhan kepada Allah swt, mempersiapkan alat yang sudah steril, mengolesi bagian tubuh yang akan dibekam dengan minyak zaitun, melakukan penghisapan dengan tabung gelas sampai ± 5 menit, tabung gelas dibuka, kemudian dilakukan penyayatan/tusukan jarum sesuai dengan ukuran besar kecilnya tabung gelas, kemudian dihisap lagi ± 5 menit (terlalu lama akan mengakibatkan iritasi pada kulit/sel darah putih ikut keluar; jadinya seperti kulit terkena air panas/melepuh), membuka tabung gelas secara perlahan untuk mengeluarkan darah kotor dengan tisu/kasa/kapas dan dibuang ke tong sampah, kemudian mengolesi bagian tubuh yang telah dibekam dengan minyak zaitun, sedangkan tabung langsung dibersihkan juga dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

minyak zaitun/air bercampur sabun. Demikianlah pembekaman pada daerah salah satu tubuh yang sakit dan seterusnya. Bekam wajib dilakukan pada daerah tengkuk/kahil, katifain (kanan dan kiri bahu) dan pada daerah pinggul (letak ginjal kanan dan kiri), selanjutnya sesuai dengan titik keluhan pasien

Keenam: merawat luka

Setelah dilakukan pembekaman, biasanya kulit menjadi merah/hitam lebam dan bentol/menonjol. Perawatan dari luka sayatan/tusukan jarum bisa menggunakan minyak zaitun (ternyata khasiatnya lebih ampuh daripada antiseptic lainnya), biasanya 2-3 hari bekas luka bekam/kulit lebam tadi hilang dengan sendirinya. Apabila pasca berbekam merasakan rasa gatal pada daerah titik bekam, tidak usah khawatir/risau karena itu adalah proses penyembuhan yangmana sel darah putih keluar ke permukaan kulit untuk menutupi luka dan proses itu berarti menandakan luka akan sembuh dan kondisi kulit kembali seperti semula.

Ketujuh: memberikan terapi lainnya

Selain dilakukan terapi bekam, dapat juga dikombinasikan dengan; bacaan ruqyah syar'iyyah pada bagian tubuh yang sakit, pijat akupresur, siropraktik, mengkonsumsi obat-obatan herbal, memberikan food suplemen, memberikan tausiyah dan doa.

k. Teguran

Kami katakan kepada siapa saja yang berupaya keras menghancurkan sunnah nabawiyah yang agung ini, "Demi Allah, kalian jangan menghancurkan sunnah Rasulullah saw. Kalian tidak akan pernah menemukan kebaikan kecuali di dalam Al-Quran Al-Karim dan As-Sunnah An-Nabawiyyah. Keduanya mengandung kebaikan bagi dunia dan akhirat kita. Bekam bukan terapi berbahaya. Sebaliknya, bekam merupakan terapi yang bermanfaat bagi setiap umat. Jika kalian menuduh terapi ini berpotensi menularkan virus dan penyakit adalah sebuah kesalahan yang besar, pembahasan-pembahasan di atas tadi kiranya sudah jelas, karena penularan terjadi karena sugesti yang jelek. Sesungguhnya saat ini bekam dilakukan dengan peralatan steril. Setiap pasien menggunakan penyayat/jarum sekali pakai, dibuang kemudian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ganti yang baru dan peralatan bekam sendiri yang hanya digunakan untuknya setelah disterilkan sekali lagi. Untuk menutupi luka bekas sayatan digunakan minyak zaitun yang terbukti khasiatnya lebih menakjubkan sebagai antiseptic dari pada revanol, betadine atau jenis lainnya. Demi Allah, jangan menyembunyikan kebenaran sedangkan kalian mengetahui," Firman Allah swt dalam surat al Isra' ayat 81: *"Dan katakanlah: "Yang benar telah datang dan yang batil telah lenyap". Sesungguhnya yang batil itu adalah sesuatu yang pasti lenyap".*

6. Berobat dengan Ruqyah Syar'iyyah

Ada persepsi di kalangan masyarakat awam bahwa terapi ruqyah adalah terapi untuk gangguan atau kesurupan jin atau hal-hal yang bersifat ghaib. Kesalahan persepsi tersebut boleh jadi karena sering diadakan ruqyah masal untuk mengusir jin yang ada di dalam diri manusia. Biasanya sebelum diadakan ruqyah masal, peruqyah memberi penjelasan-penjelasan tentang ruqyah yang hanya terbatas untuk mengusir jin. Jarang para peruqyah menjelaskan lebih luas penggunaan metode ruqyah tersebut untuk penyembuhan fisik dan psikis. Biasanya peruqyah hanya menjelaskan masalah ruqyah syar'iyyah dan ruqyah syirkiyyah dan kurang pembahasan secara ilmiah.

Demikian juga beberapa kajian atau pertemuan ilmiah yang membahas ruqyah masih terbatas membahas metode ruqyah untuk mengusir jin. Biasanya dibahas juga dalam kajian atau pertemuan ilmiah tersebut masalah ruqyah syar'iyyah dan ruqyah syirkiyyah. Jarang dibahas penggunaan ruqyah untuk penyembuhan lebih luas dan ilmiah. Pembahasannya biasanya lebih bersifat fiqhiyah dari pada ilmiah. Pembahasan yang bersifat fiqhiyah tidak berarti jelek, tetap bagus, tetapi jika tidak disertai penjelasan yang bersifat ilmiah metode ruqyah kurang dikomunikasikan dengan metode kesehatan lainnya yang bersifat ilmiah. Padahal, menurut penulis, terapi ruqyah merupakan bagian integral dari kedokteran holistik yang sekarang dikembangkan di dunia kedokteran. Oleh karena itu dalam tulisan ini secara singkat akan dibahas penggunaan metode ruqyah lebih luas cakupannya dan secara singkat dikaitkan dengan penemuan-penemuan ilmiah di bidang kesehatan baru-baru ini.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Dasar-dasar Terapi Ruqyah Syar'iyah

Dasar-dasar terapi ruqyah terdapat di dalam Al-Quran maupun As-Sunnah. Dasar-dasar tersebut antara lain: Di dalam Surat Al Israa' ayat 82 Allah berfirman:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَاهُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِيْنَ وَلاَيَزِيْدُ الظَّالِمِيْنَ اِلاَّ خَسَاراً

"Dan Kami turunkan Al-Quranmenjadi obat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quranitu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zhalim selain kerugian (QS. Al-Israa': 82)."

Di dalam Surat Az-Zumar ayat 23 Allah berfirman:

اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ

"Allah telah menurunkan Perkataan yang paling baik (yaitu) Al Quran yang serupa (mutu ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang, gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhannya, kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka di waktu mengingat Allah. Itulah petunjuk Allah, dengan kitab itu Dia menunjuki siapa yang dikehendaki-Nya. dan Barangsiapa yang disesatkan Allah, niscaya tak ada baginya seorang pemimpinpun".

Di dalam beberapa Hadits disebutkan:

عَنْ عَلِيِّ بْنِ اَبِى طَالِبٍ قَالَ: قَالَ رَسُوْلُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "خَيْرُ الدَّوَاءِ الْقُرْآنُ

Dari Ali bin Abi Thalib, ia berkata: Rasulullah saw. bersabda: "Sebaik-baik pengobatan adalah (dengan) Al-Quran." (HR. Ibnu Majah).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

عَنْ اَبِي حُزَامَةٍ قَالَ: قُلْتُ يَا رَسُوْلَ اللهِ اَرَاَيْتَ رُقًى نَسْتَرْقِيْهَا وَدَوَاءً نَتَدَاوَى بِهِ وَتُقَاةً نَتَّقِيْهَا. هَلْ تَرُدُّ مِنْ قَدَرِ اللهِ شَيْئًا فَقَالَ هِيَ مِنْ قَدَرِ اللهِ

Dari Abi Khuzamah, ia berkata: Aku berkata: Ya Rasulullah! Bagaimana pendapatmu tentang melafazkan kata-kata doa untuk memohon kesembuhan (ruqyah), kami bacakan ruqyyah itu dan tentang obat yang kami pergunakan untuk mengobati penyakit serta tentang kata-kata doa untuk mohon perlindungan/pemeliharaan (taqiyyah), lalu kami bacakan taqiyyah itu? Tidaklah hal itu berarti menolak taqdir (ketentuan) Allah? Maka Nabi saw menjawab: Hal itu juga termasuk taqdir Allah (HR. Ahmad dan Turmudzi).

Dari Abi Sa'id Al Khudri, ia berkata: Bahwasanya Jibril 'Alaihis Salam datang kepada Nabi saw, lalu berkata: 'Ya Muhammad! Sakitkah engkau?' Nabi berkata: 'Ya, Maka Jibril AS. berkata: 'Dengan nama Allah, aku mohonkan ruqyah untukmu dari setiap penyakit yang menimpamu dan juga dari setiap jiwa maupun mata orang yang dengki. Allah akan menyembuhkan engkau. Dengan nama Allah, aku akan melakukan ruqyah untukmu.' (HR. Muslim).

Diriwayatkan dari Aisyah:

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَنْفُثُ عَلَى نَفْسِهِ فِي الْمَرَضِ الَّذِي مَاتَ فِيهِ بِالْمُعَوِّذَاتِ، فَلَمَّا ثَقُلَ، كُنْتُ أَنْفِثُ عَلَيْهِ بِهِنَّ، وَأَمْسَحُ بِيَدِ نَفْسِهِ لِبَرَكَتِهَا، فَسَأَلْتُ الزُّهْرِيَّ: كَيْفَ يَنْفِثُ؟ قَالَ: كَانَ يَنْفِثُ عَلَى يَدَيْهِ، ثُمَّ يَمْسَحُ بِهِمَا وَجْهَهُ

"Sesungguhnya Nabi saw pernah meniupkan napas pada dirinya saat sakit yang menyebabkan beliau wafat dengan membaca Surat Mu'awwidzat (surat an-naas dan surat al-falaq). Ketika sakitnya bertambah parah, maka aku membaca kedua surat tersebut dan meniupkan napas saya di atas beliau dan membantu beliau menggosok tubuhnya dengan tangannya sendiri karena keberkahannya." aku bertanya pada az-Zuhri, "Bagaimana cara Nabi meniupkannya?" Az-Zuhri berkata, "Beliau meniupkannya pada kedua telapak tangannya, kemudian mengusap wajahnya dengan keduanya" (Bukhari, Volume 7, Buku 71 No Hadits 631).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Definisi Terapi Ruqyah

Menurut Ibnul Qayyim Al-Jauziyah terapi ruqyah merupakan terapi dengan melafadzkan doa baik dari Al-Qur'an maupun As-Sunnah untuk menyembuhkan suatu penyakit (Agil, 1994: 41). Menurut Ibnul Qayyim Al-Jauziyah terapi ruqyah tidak terbatas pada gangguan jin, tetapi juga mencakup terapi fisik dan gangguan jiwa. Terapi ruqyah, menurut Ibnul Qayyim Al-Jauziyah, merupakan salah satu metode penyembuhan yang digunakan oleh Rasulullah saw. Di samping metode ruqyah Rasulullah saw. Juga menggunakan metode pembekaman, pemanasan, makanan, minuman, harum-haruman, lingkungan, dan sebagainya. (Agil, 1994: 2-22). Terapi ruqyah ini secara syariat dibagai menjadi dua, yaitu: *Ruqyah Syar'iyyah* dan *Ruqyah Syirkiyyah*.

Ruqyah Syar'iyyah adalah doa minta perlindungan kepada Allah swt yang bersumber dari ayat-ayat Al-Quran dan Hadits ma'tsur Nabi Muhammad saw dengan tidak mengubah susunan kalimatnya; yang dibaca oleh seorang mukmin untuk dirinya, anaknya, anggota keluarganya atau orang lain untuk mengobati penyakit jasmani lainnya (demam, pegal linu, gatal-gatal, disengat kalajengking atau binatang berbisa lainnya), penyakit rohani atau penyakit yang ditimbulkan oleh kejahatan pandangan mata (al-'ain) manusia atau jin, gangguan setan, sihir, pelet dan guna-guna serta stress.

Ruqyah Syar'iyyah mempunyai tiga syarat, diantaranya adalah: Pertama, menggunakan ayat-ayat Al-Quran atau Hadits yang ada tuntunannya dengan tanpa mengubah susunan kalimatnya. Kedua, menggunakan bahasa Arab yang fasih, dibaca dengan jelas, sehingga tidak berubah dari makna aslinya, juga dibolehkan berdoa selain bahasa arab. Ketiga, meyakini bahwa bacaan ayat-ayat Al-Quran dan Hadits tersebut hanyalah merupakan sarana atau *wasilah* untuk penyembuhan, sedangkan yang menyembuhkan pada hakikatnya adalah Allah swt sendiri. Oleh karena itu, hendaklah seorang peruqyah dapat lebih meningkatkan ketaqwaannya kepada Allah swt supaya Ia selalu membimbingnya dan melindungi dari segala kejahatan.

Agar ruqyah lebih berpengaruh, selayaknya membaca Al-Quran dengan niat mendapatkan kesembuhan dan hidayah (Seruan terhadap orang yang mendengar al-Quran pada agama Allah, berbuat baik dan meninggalkan kejahatan. Niat ini akan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sangat berpengaruh sebagaimana hal itu sudah dicoba, sehingga sering kali jin terpengaruh oleh Al-Quran kemudian berhenti dari kejahatannya pada orang yang sakit tersebut dengan segera. Hal ini berbeda dengan niat untuk membunuh (jin) yang menyebabkan jin tersebut bertambah durhaka dan sombong dan orang yang meruqyah dan sakit menjadi rugi) bagi manusia dan jin. Nabi saw bersabda: *"Sesungguhnya Allah itu Maha Lembut, dan menyukai kelembutan. Allah memberikan pada sifat kelembutan apa yang tidak Dia berikan pada sifat kekerasan"* (HR. Muslim). Karena Al-Quran itu diturunkan sebagai hidayah (petunjuk) dan syifa' (obat) dan tidak membacanya dengan tujuan membunuh jin kecuali di saat sulit keluarnya dengan bacaan tadi.

Adapun ***Ruqyah Syirkiyyah*** adalah ruqyah dengan memohon bantuan kepada selain Allah atau memohon kepada Allah sekaligus juga memohon kepada yang lain. Bacaannya pun tidak pernah diajarkan oleh Rasulullah dan para sahabatnya, meskipun kadang-kadang caranya mirip dengan ruqyah syar'iyyah (Bishri, 2005: 21-22). Misalnya Al-Quran dibaca dari huruf yang terakhir (dibolak balik), atau membaca mantra-mantra dengan mengagungkan setan atau jampi-jampi buatan seseorang dengan bahasa tertentu (Majalah Ghaib, No.3/Tahun 1/ 2003: 45).

c. Terapi Ruqyah untuk Penyakit Fisik

Ada beberapa contoh ruqyah untuk pengobatan fisik yang dilakukan oleh Rasulullah saw. Misalnya ruqyah untuk menyembuhkan sengatan kalajengking. Sebagaimana disebutkan di dalam Hadits sbb: Diriwayatkan oleh Ibnu Abi Syuaibah dalam Musnad-nya dari Hadits Abdullah bin Mas'ud, ia menceritakan:

بَيْنَمَا رَسُوْلُ الله ص م يُصَلِّي، إِذْ سَجَدَ: فَلَدَغَتْهُ عَقْرَبٌ فِي إِصْبِعِهِ، فَانْصَرَفَ رَسُوْلُ الله ص م، وَقَالَ: لَعَنَ الله الْعَقْرَبَ: مَا تَدَعُ نَبِيًّا وَلاَ غَيْرَهُ. قَالَ: ثُمَّ دَعَا بِإِنَاءٍ فِيْهِ مَاءٌ وَمِلْحٌ، فَجَعَلَ يَضَعُ مَوْضِعَ اللَّدْغَةِ فِي الْمَاءِ وَالْمِلْحِ، وَيَقْرَأُ قُلْ هُوَ الله أَحَدٌ، وَالْمُعَوِّذَتَيْنِ. حَتَّى سَكَنَتْ.

Ketika Rasulullah saw shalat, pada saat beliau bersujud, tiba-tiba seekor kalajengking menyengat jari tangannya. Maka Rasulullah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keluar dan berkata: Semoga Allah melaknat kalajengking. Kalajengking tidak membeda-bedakan antara seorang Nabi dengan yang lainnya. Kemudian Rasulullah menyuruh diambilkan air dan garam, lalu bagian yang disengat kalajengking tersebut direndam dengan air garam itu sambil membaca Qul huwallahu ahad dan muawwidzatain sehingga rasa sakitnya reda.

Diriwayatkan oleh Ibnu 'Abbas bahwa beberapa sahabat Nabi melewati beberapa orang yang tinggal di dekat sumber air dan salah satu dari orang-orang tersebut telah disengat kalajengking. Seorang lelaki di antara mereka yang tinggal di dekat air, datang dan berkata kepada sahabat Nabi, "Apakah ada seseorang di antara kalian yang dapat melakukan ruqyah karena di dekat air di sana ada seseorang yang telah disengat oleh kalajengking." Salah satu sahabat Nabi pun pergi ke sana dan membaca surat Al-Fatihah dengan domba sebagai imbalannya. Pasien tersebut sembuh dan sahabat tersebut membawa domba imbalan kepada teman-temannya yang tidak suka akan hal itu dan berkata, "Anda telah mengambil upah untuk membaca kitab Allah." Ketika mereka tiba di Madinah, mereka berkata, "Wahai Rasulullah! (Orang ini) telah mengambil upah untuk membaca kitab Allah." Rasulullah berkata, "*Kau yang paling berhak untuk mengambil upah untuk melakukan ruqyah dengan kitab Allah.*"

Selanjutnya diriwayatkan oleh Muslim dalam Shahih-nya, dari Utsman bin Abil Ash diceritakan bahwa ia pernah datang menemui Rasulullah menceritakan sakit yang dideritanya di bagian tubuhnya semenjak ia masuk Islam. Maka Nabi saw bersabda: "Letakkanlah tanganmu di atas bagian tubuhmu yang sakit, lalu ucapkan bismillah tiga kali, dan ucapkanlah doa berikut sebanyak tujuh kali:

أَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللهِ وَ قُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَ أُحَاذِرُ

"Aku berlindung dengan kemuliaan dan kekuasaan Allah dari keburukan apa yang kudapati dan kukhawatirkan akan terjadi."

Menurut Ibnul Qayyim Al–Jauziyah terapi ruqyah ini mengandung beberapa hal, antara lain menyebut nama Allah, menyerahkan urusan kepada-Nya, memohon perlindungan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan kemuliaan dan kekuasaan-Nya dari bahaya rasa sakit. Semua cara ini dapat menghilangkan rasa sakit, lalu diulang-ulang agar lebih manjur dan lebih mengena. Sama halnya dengan meminum obat yang juga harus berulangkali agar dapat mengeluarkan materi penyakit. Bilangan tujuh kali itu mengandung keistimewaan (Abu Umar, 2005: 225-226). Di dalam Shahih Al-Bukhari dan Muslim diriwayatkan bahwa Nabi saw apabila menjenguk keluarganya yang sedang sakit, beliau mengusap tubuhnya dengan tangan kanan beliau sambil berkata:

اَللّٰهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَأْسَ وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي لاَ شِفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَماً

Ya Allah, Rabb dari sekalian manusia! Lenyapkanlah rasa sakitnya, berikanlah kepadanya kesembuhan karena Engkau adalah Yang Maha Menyembuhkan, tidak ada kesembuhan melainkan karena pertolongan-Mu; kesembuhan yang tidak diiringi dengan sakit lain.

Menurut Ibnul Qayyim Al-Jauziyah ruqyah ini mengandung unsur tawassul kepada Allah melalui kesempurnaan rububiyah dan rahmat-Nya yang memberi kesembuhan. Karena memang Allah satu-satunya yang dapat memberikan kesembuhan. Sesungguhnya kesembuhan itu berasal dari-Nya. Oleh karena itu ruqyah ini sudah mengandung tawassul kepada Allah melalui tauhid, ihsan dan keyakinan terhadap *Rububiyah Allah* (Abu Umar, 2005: 225-226).

Terapi ruqyah dengan membaca ayat-ayat atau doa dari Al-Quran dan As-Sunnah telah banyak dipraktekkan dalam penyembuhan penyakit fisik (tumor, liver, TBC, Kanker, migrain, lumpuh, sakit mata, sakit lambung, maag, dll). Sebuah penelitian di Jepang yang dilakukan oleh Dr. Masaru Emoto dalam bukunya "*The True Power of Water*" menunjukkan bahwa struktur molekul air akan berubah bila diberi kata-kata atau suara. Ia kemudian menjelaskan bahwa tubuh manusia kurang-lebih 70 persennya adalah air, maka akan ada perubahan bila diberi doa-doa, kata-kata dan suara yang baik. Perubahan struktur air di dalam tubuh ini mempengaruhi tingkat kesehatannya. Beberapa penelitian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tentang efek doa terhadap kesehatan di atas, secara tidak langsung, membuktikan bahwa terapi ruqyah/doa dari Al-Quran dan As-Sunnah, mempengaruhi terhadap penyembuhan sakit fisik.

d. Terapi Ruqyah untuk Gangguan Jiwa/Psikis

Wahai orang yang merintih karena kepedihan dan kesedihan! Anda harus hidup bersama kitab Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang karena di dalamnya ada obat dan hidayah. Allah swt berfirman *"Dan Kami turunkan Al-Quran menjadi obat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quranitu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zhalim selain kerugian (S. Al-Israa': 82)".* Wahai orang yang bersedih! Mana bacaan al-Quranmu?

Imam Ibnu Qayyim r.a. mengatakan: al-quran adalah obat sempurna untuk mengatasi semua jenis penyakit hati dan badan serta penyakit-penyakit dunia dan akhirat. Tidak setiap orang berhak dan diberi taufiq untuk berobat dengannya. Jika orang yang sakit berobat secara baik dengan al-quran, mengobati penyakitnya dengan benar, penuh keimanan, penerimaan yang sempurna dan keyakinan yang pasti serta memenuhi syarat-syaratnya, maka dirinya tidak akan diserang penyakit selama-lamanya.

Bagaimana penyakit-penyakit itu akan menyerang kalam Tuhan bumi dan langit? Kalam yang jika diturunkan di atas gunung, ia akan menghancurkannya. Atau jika diturunkan di bumi, ia akan membelahnya. Tidak satu pun penyakit hati atau badan kecuali dalam al-quran ada jalan petunjuk untuk mengobatinya dan mengetahui sebabnya. Perlindungannya dikaruniakan Allah kepada orang yang memahami kitab-Nya. Sesungguhnya Al-Quran Al-Karim adalah obat hati dari penyakit-penyakit syubhat dan syahwat serta obat badan dari berbagai penyakit.

Jika obat-obat hati, maka Allah menyebutkannya secara terperinci serta menyebabkan sebab-sebab penyakitnya dan terapinya. Allah berfirman, *"Apakah tidak cukup bagi mereka bahwa kami telah menurunkan kepadamu Al-Kitab (Al-Quran yang dibacakan kepada mereka?)"* (al-Ankabut: 51). Barangsiapa tidak bisa disembuhkan oleh al-Quran, berarti Allah tidak menyembuhkannya. Barangsiapa tidak merasa cukup, berarti Allah tidak mencukupinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sekelompok dokter mengadakan penelitian tentang pengaruh al-Quran di sebuah laboratorium paling besar di Panama di wilayah Florida. Penelitian ini dilengkapi dengan peralatan pengawas elektronik yang disertai dengan komputer untuk mengukur perubahan-perubahan psikologi pada sekelompok sukarelawan yang sehat ketika mereka mendengarkan al-Quran.

Hasil dasar penelitian tentang al-quran ini menetapkan bahwa al-Quran memiliki pengaruh positif dan menguatkan ketenangan pikiran. Pengaruh ini bisa direkam berdasarkan jenis dan volumenya. Pengaruh ini memperlihatkan bentuk perubahan dengan arus listrik serta perubahan peredaran darah dan efek-efek lain yang menyertainya, berupa detak jantung, jumlah darah yang mengalir di kulit dan derajat panas badan.

Kelompok orang (para sukarelawan) yang mendengarkan dan memahami; entah mereka itu muslim atau nonmuslim dan berbicara dengan bahasa arab atau tidak, maka hasilnya positif 97%.

Pada kelompok kedua ditetapkan, bahwa mendengarkan bacaan al-Quran al-Karim memiliki pengaruh yang jelas untuk menenangkan pikiran walaupun orang itu tidak memahami maknanya. Kadar positifnya adalah 65%.

Hasil percobaan komperatif ini menunjukkan bahwa kata-kata al-Quran saja (tanpa melihat pemahaman maknanya) memiliki pengaruh psikologi untuk menenangkan pikiran dalam tubuh manusia. Jika mendengarkan al-Quran disertai dengan memahami maknanya, maka pengaruhnya tidak akan terbatas.

Berdasarkan semua itu, kita bisa meyakini dengan keimanan yang tidak dirasuki keraguan bahwa sebenarnya al-Quran al-Karim itu memiliki pengaruh; baik dengan membacanya, mendengarkannya atau menghafalkannya terhadap diri manusia, mendidik moralnya, mengobati penyakit-penyakitnya dan memberinya kebahagiaan (Mahmud Al-Mishri, 2009). Allah berfirman di dalam Surat Az-Zumar ayat 23: *Allah telah menurunkan Perkataan yang paling baik (yaitu) Al Quran yang serupa (mutu ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang, gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhannya, kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka di waktu mengingat Allah. Itulah petunjuk Allah,*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan kitab itu Dia menunjuki siapa yang dikehendaki-Nya. dan Barangsiapa yang disesatkan Allah, niscaya tak ada baginya seorang pemimpinpun.

Adapun terapi ruqyah untuk gangguan jiwa disebutkan di dalam beberapa hadits berikut: Di dalam Sunan Abu Dawud dengan sanad yang shahih melalui Kharijah Ibnu ash-Shilt, dari pamannya yang menceritakan:

اَتَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَاَسْلَمْتُ، ثُمَّ رَجَعْتُ فَمَرَرْتُ عَلَى قَوْمٍ عِنْدَهُمْ رَجُلٌ مَجْنُوْنٌ مُوْثَقٌ بِالْحَدِيْدِ، فَقَالَ اَهْلُهُ اِنَّا حُدِّثْنَا اَنَّ صَاحِبَكَ هٰذَا قَدْ جَاءَ بِخَيْرٍ، فَهَلْ عِنْدَكَ شَيْءٌ تُدَاوِيْهِ؟ فَرَقَيْتُهُ بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ، فَبَرَأَ، فَاَعْطَوْنِي مِائَةَ شَاةٍ، فَاَتَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَاَخْبَرْتُهُ فَقَالَ هَلْ اِلاَّ هٰذَا وَفِي رِوَايَةٍ: هَلْ قُلْتَ غَيْرَ هٰذَا؟ قُلْتُ، لاَ، قَالَ: خُذْهَا فَلَعَمْرِي لَمَنْ اَكَلَ بِرُقْيَةِ بَاطِلٍ، لَقَدْ اَكَلْتَ بِرُقْيَةِ حَقٍّ

Aku datang kepada Nabi saw. dan masuk Islam, kemudian aku pulang. Aku bertemu dengan suatu kaum, di antara mereka terdapat seorang laki-laki gila dalam keadaan diikat dengan belenggu besi. Lalu keluarganya berkata, "Sesungguhnya kami mendapat berita bahwa temanmu itu (Nabi saw) telah datang dengan membawa kebaikan, apakah engkau punya sesuatu untuk mengobatinya?" Aku meruqyahnya dengan bacaan Fatihatul Kitab, ternyata ia sembuh, lalu mereka (keluarga si sakit) memberikan seratus ekor kambing. Aku datang kepada Nabi saw. dan menceritakan hal itu kepadanya, lalu beliau bersabda, "Apakah hanya ini (yang engkau ucapkan)?" Menurut riwayat yang lain disebutkan, "Apakah engkau mengucapkan selain itu?" Aku menjawab, "Tidak." Beliau saw. bersabda, "Ambillah ternak itu. Demi umurku, sesungguhnya orang yang memakan dari hasil ruqyah batil (tidak boleh tetapi engkau memakan dari ruqyah yang benar)."

Selanjutnya disebutkan juga di dalam hadits riwayat Abu Dawud. Di dalam hadits tersebut Abu Dawud mengatakan bahwa dia mengetengahkannya melalui Kharijah, dari pamannya yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menceritakan:

اَقْبَلْنَا مِنْ عِنْدِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَاَتَيْنَا عَلَى حَيٍّ مِنَ الْعَرَبِ فَقَالُوْا: عِنْدَكُمْ دَوَاءٌ، فَاِنَّ عِنْدَنَا مَعْتُوْهاً فِي الْقُيُوْدِ فَجَاؤُوْا بِالْمَعْتُوْهِ فِي الْقُيُوْدِ فَقَرَأْتُ عَلَيْهِ فَاتِحَةَ الْكِتَابِ ثَلاَثَةَ اَيَّامٍ غُدْوَةً وَعَشِيَّةً، اَجْمَعُ بُزَاقِي ثُمَّ اَتْفُلُ فَكَاَنَّمَا نَشِطَ مِنْ عِقَالٍ فَاَعْطَوْنِي جُعْلاً فَقُلْتُ لاَ فَقَالُوْا سَلِ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَسَأَلْتُهُ فَقَالَ: قُلْ فَلَعَمْرِي مَنْ اَكَلَ بِرُقْيَةِ بَاطِلٍ لَقَدْ اَكَلْتَ بِرُقْيَةِ حَقٍّ

Kami kembali (pulang) dari sisi Nabi saw., lalu kami sampai pada suatu kabilah orang Badui. Mereka berkata, "Apakah kalian memiliki obat penawar, karena sesungguhnya di kalangan kami ada seorang yang gila dibelenggu dengan rantai." Lalu mereka mendatangkan orang gila tersebut dalam keadaan terbelenggu. Maka aku membacakan kepadanya Fatihatul Kitab selama tiga hari setiap pagi dan petang. Aku menghimpun ludahku, lalu kuludahkan kepadanya sehingga si gila tersebut seakan-akan baru lepas dari ikatannya (sembuh), lalu mereka memberiku upah. Tetapi aku berkata, "Jangan." Mereka berkata, " Tanyakanlah dahulu kepada Nabi saw." Aku bertanya kepada Nabi saw. dan beliau bersabda, "Makanlah demi umurku, barang siapa yang memakan (dari hasil) ruqyah yang batil (hukumnya haram), sesunguhnya engkau makan dari ruqyah yang benar."

Terapi ruqyah untuk gangguan jiwa ini telah dipraktekkan di beberapa pesantren di Indonesia. Misalnya di Pondok Pesantren Suryalaya Tasikmalaya (Praja, 1995: 61-63), Pondok Pesantren Raudhatul Muttaqien Yogyakarta, Pondok Pesantren Al-Ghafur Situbondo (Rendra, 2000: 219), Pondok Pesantren Al Islamy, Kulon Progo, Yogyakarta (Setyanto, 2005: 55-58), dan di beberapa Pondok Pesantren maupun Yayasan Islam lainnya. Secara medis metode ruqyah dalam arti membacakan ayat-ayat atau doa-doa yang terdapat di dalam Al-Qur'an maupun As-Sunnah, sudah dapat diterima keefektifannya dalam terapi gangguan jiwa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Beberapa penerapan terapi doa, senada dengan ruqyah (doa dari Al-Qur'an dan As-Sunnah) yang dilakukan pada terapi gangguan jiwa di berbagai tempat telah membantu penyembuhan para penderita gangguan jiwa. Misalnya Dr. Dossey, dokter lulusan Universitas di Texas, menjelaskan bahwa hasil penelitian di Universitas Redland, California menunjukkan bahwa doa mempunyai pengaruh terhadap penyembuhan gangguan jiwa (T. Hemaya, 1997: 171-172). Selanjutnya hasil penelitian Snyderman (1996) menyatakan bahwa terapi medik saja tanpa disertai dengan agama (berdoa dan berzikir) tidaklah lengkap, sebaliknya terapi agama saja tanpa disertai dengan terapi medik tidaklah efektif (Hawari, 2002: 24). Suatu organisasi yang bernama Pastoral and Humanization Service telah memberikan pelayanan kesehatan jiwa agama ke rumah-rumah sakit dalam bentuk rawatan rohani pada penderita yang selama ini hanya menerima rawatan medik psikiatrik saja. Ternyata metode integrasi ini membawa hasil yang lebih baik, yaitu gejala-gejala gangguan jiwa lebih cepat teratasi dan lamanya perawatan di rumah sakit jiwa (long stay hospitalization) dapat diperpendek (Hawari, 2002: 50). Berdasarkan beberapa penelitian tentang pengaruh do'a terhadap penyembuhan gangguan jiwa di atas, secara tidak langsung membuktikan bahwa terapi ruqyah, dengan menggunakan doa dari Al-Qur'an dan As-Sunnah, mempunyai pengaruh terhadap penyembuhan gangguan kejiwaan (M. Darojat Ariyanto, 2007).

e. Terapi Ruqyah Untuk Gangguan 'Ain Hasad dan Sihir

'Ain adalah penyakit dari jin, terjadi seizin Allah swt pada orang yang terkena 'ain, sebabnya karena memuji dan mengagumi si pelaku 'ain ketika saat para setan hadir ketika itu, tanpa adanya tameng/penangkis (yang berupa dzikir, shalat, dan lainnya). Hal ini dikuatkan oleh hadits, *"Ain itu benar adanya"* (HR. Al Bukhori). Dan riwayat lain, *"Ain dibawa oleh setan dan dengan rasa dengki anak adam"* (HR. Ahmad). Disebut dengan 'ain karena 'ain (mata) adalah alat untuk mensifati, bukan karena mata yang menyebabkan bahaya. Hal ini didasarkan pada dalil bahwa orang buta dapat menyebabkan 'ain pada orang lain padahal ia tidak melihatnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sihir adalah jampi dan mantra serta perkataan yang diucapkan, atau menggunakan sesuatu yang dapat berpengaruh pada badan, hati, atau akal, orang yang terkena sihir secara langsung. Sihir itu ada wujudnya, ada yang dapat membunuh, menyebabkan sakit, mencegah seorang laki-laki untuk menggauli istrinya dan memisahkan keduanya. Sihir ada yang syirik ada yang kufur dan ada juga yang merupakan dosa besar.

Pencegahan lebih baik daripada pengobatan, maka hendaknya kita berusaha bersunguh-sunguh untuk itu. Diantara yang terpenting adalah:

- ✓ Menguatkan jiwa dengan tauhid dan beriman bahwa pengatur alam semesta ini adalah Allah swt dengan disertai memperbanyak amal-amal kebajikan.
- ✓ Berbaik sangka kepada Allah swt dan bertawakkal kepada-Nya, tidak mengira-ngira adanya penyakit dan 'ain karena alasan apapun, sebab mengira-ngira itu sendiri merupakan penyakit (Menurut para dokter dan ahli, bahwa lebih dari dua pertiga penyakit fisik, timbul karena faktor psikis yang merasa adanya penyakit, padahal sebenarnya penyakitnya itu sendiri tidak ada).
- ✓ Jika seseorang dikenal bahwa ia adalah seorang pelaku 'ain atau penyihir, maka hendaknya menjauhinya; sebagai upaya antisipasi, bukan karena takut.
- ✓ Berdzikir kepada Allah swt dan *tabrik* (ucapan *barakallahu laka;* semoga Allah memberkatimu, bukan ucapan *tabarakallahu;* Maha Suci Allah) atas berkah-Nya ketika melihat sesuatu yang menakjubkan. RasulullAh saw bersabda: *jika salah seorang dari kamu melihat dari dirinya, hartanya atau saudaranya sesuatu yang menyenangkannya, maka hendaknya ia mengucapkan selamat atas keberkahan, sesungguhnya 'ain itu benar adanya* (HR. Hakim).
- ✓ Diantara cara pencegahan dari sihir adalah memakan tujuh biji kurma 'Ajwah dari kota al madinah al nabawiyah.
- ✓ Bersandar kepada Allah swt, bertawakkal, berbaik sangka, dan memohon perlindungan kepada-Nya dari 'ain dan sihir, serta rutin menjaga bacaan-bacaan dzikir dan doa pagi maupun sore setiap hari. Bacaan dzikir ini mempunyai pengaruh menambah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan mengurangi dengan izin Allah swt dengan dua hal: *pertama*, beriman bahwa apa yang ada pada bacaan-bacaan dzikir adalah hak dan benar dan bermanfaat dengan izin Allah, *kedua,* lisannya mengucapkan bacaan-bacaan dzikir, kedua telinganya mendengarkan dan hatinya hadir, karena bacaan-bacaan dzikir ini adalah doa, dan doa dari hati yang lalai dan lengah tidak akan dikabulkan. Sebagaimana diriwayatkan dalam hadits yang shahih dari Rasulullah saw. Sedangkan waktu berdzikir dan berdoa yaitu dzikir pagi dibaca setelah sholat subuh dan dzikir petang dibaca setelah sholat ashar/ maghrib. Jika seorang muslim lupa membaca dzikir-dzikir tersebut, hendaknya ia membacanya di saat ingat.

f. Tanda-tanda Terkena 'Ain atau Yang Lainnya

Tidak ada pertentangan antara ilmu kedokteran dengan *ruqyah syar'iyah;* karena di dalam al-Quran terdapat penyembuhan untuk penyakit jasmani dan penyakit rohani. Jika seseorang sehat dari penyakit jasmani, maka gejalanya secara umum adalah: pusing yang berpindah-pindah, wajah pucat, banyak keluar keringat dan sering kencing, tidak nafsu makan, kesemutan, kepanasan atau kedinginan pada bagian ujung tubuh, detak jantung tidak teratur, rasa sakit yang selalu berpindah-pindah pada bagian bawah punggung dan bahu, merasa sedih dan tertekan, susah tidur di malam hari, emosi yang berlebihan, seperti rasa takut dan marah yang tidak wajar, sering bersendawa dan menarik nafas panjang, suka menyendiri, kurang bersemangat dan malas, suka tidur, dan masalah-masalah kesehatan lain yang sebabnya bukan karena faktor medis. Adanya tanda-tanda ini atau sebagian dari padanya tergantung pada kuat dan lemah penyakitnya.

Seorang hendaknya kuat iman dan kuat hati, tidak mudah dirasuki perasaan was-was, sehingga tidak berprasangka dirinya terkena suatu penyakit hanya karena merasakan salah satu tanda-tanda tersebut; sebab prasangka merupakan penyakit yang paling sulit untuk diobati. Kadang-kadang beberapa tanda itu terdapat pada sebagian orang namun mereka sehat-sehat saja, atau penyebabnya adalah penyakit jasmani, atau bisa juga disebabkan karena iman yang lemah, seperti: merasa tertekan, merasa sedih,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sulitnya rezeki, sedih, tidak bergairah dan sebagainya. Kalau sudah demikian, ia harus mengintrospeksi diri kembali hubungannya dengan Allah swt.

Apabila penyakit itu disebabkan karena 'ain maka dengan izin Allah swt pengobatannya dengan salah satu cara berikut: 1) jika pelaku 'ain diketahui, anda meminta dia untuk mandi, kemudian mengambil air atau bekasnya (Sesuatu yang disentuh oleh pelaku 'ain, seperti sisa minuman, makanan atau apa yang disentuhnya, lalu diambil darinya atau diusap dengan tissue dan sejenisnya kemudian ditambah dengan air lalu disiramkan kepada pasien dan diminumkan sebagian darinya.), selanjutnya gunakan air tersebut untuk mandi dan diminum. 2) Jika pelakunya tidak diketahui, maka penyembuhannya dengan *ruqyah, doa* dan *hijamah* (bekam).

Jika penyakit itu karena sihir, maka pengobatannya dengan izin Allah swt dengan salah satu cara berikut: 1) harus mengetahui tempat sihir, jika ditemukan, simpul sihirnya dibuka sambil dibacakan *Al Mu'awwidzatain* (surat Al-Falaq dan surat An-Naas) lalu membakarnya. 2) *Ruqyah syar'iyah* dengan ayat-ayat al-Quran, terutama dengan *Al Mu'awwidzatain* (surat Al-Falaq dan surat An-Naas) dan surat al Baqarah, juga dengan dzikir dan doa-doa Nabi saw. 3) *Nusyrah* (pengobatan sihir) ada dua macam: a) diharamkan, yaitu mengobati sihir dengan sihir dan pergi ke tukang sihir untuk menghilangkan pengaruh sihir. b) diboleh kan, diantaranya: dengan mengambil tujuh lembar daun bidara dan menumbukkannya diantara dua batu (diblender), kemudian dibacakan kepadanya surat al-Kafirun, Al-Falaq dan An-Naas, masing-masing tiga kali, lalu menaruh daun yang sudah ditumbuk tersebut ke dalam air, kemudian digunakan untuk minum dan mandi. Hal ini hendaknya dilakukan berulang-ulang sampai sembuh, *insya Allah.* Diriwayatkan oleh Abdul Razzaq dalam *Mushannaf* nya. 4) mengeluarkan sihir, dengan cara mengeluarkan apa yang ada dalam perutnya dengan menggunakan obat pencair (zait habbatussauda/ajwa sidr), jika sihir ada di perut, dan dengan *hijamah* (bekam), jika sihir ada pada bagian yang lainnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

g. Pengobatan Terhadap Sihir

Sihir menurut bahasa berarti sesuatu yang halus dan tersembunyi. Abu Muhammad al-Maqdisi berkata "sihir adalah jimat-jimat, jampi-jampi, mantera-mantera dan buhul-buhul (yang ditiup) yang dapat berpengaruh pada hati dan badan. Maka sihir dapat menyakiti, membunuh dan memisahkan suami dengan istrinya". Allah swt berfirman :

فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ

"Maka mereka mempelajari dari kedua Malaikat itu apa yang dengan sihir itu, mereka dapat menceraikan antara seorang (suami) dengan isterinya" (al-Baqarah: 102)

Allah swt berfirman :

وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ

"dan dari kejahatan wanita-wanita tukang sihir yang menghembus pada buhul-buhul" (al-Falaq: 4)

Sihir mempunyai hakikat dan pengaruh karena itu kita diperintahkan agar berlindung kepada Allah dari pengaruh sihir (*Fathul Majid li syarh kitabi Tauhid,* bab 23 hal. 315). Sihir adalah tipu daya setan melalui walinya (tukang sihir, dukun, paranormal, orang pintar dan lain-lain). Allah swt berfirman:

إِنَّ كَيْدَ الشَّيْطَانِ كَانَ ضَعِيفًا

Sesungguhnya tipu daya setan itu adalah lemah (an-Nisaa: 76)

Orang dapat terkena sihir dengan sebab lemahnya iman, kurangnya dzikrullah dan tidak berlindung kepada Allah swt. Langkah yang ditempuh dukun hanyalah mengusir setan sihir dengan setan sihir. Ibarat mengusir maling dengan minta bantuan perampok atau penjarah. Sihir, guna-guna dan selainnya tidak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

akan mengenai seseorang kecuali dengan izin Allah swt. Allah swt berfirman:

وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَاقٍ

dan mereka itu (ahli sihir) tidak memberi mudharat dengan sihirnya kepada seorangpun, kecuali dengan izin Allah. (Al-Baqarah : 102)

Sebagian ulama salaf berpendapat bahwa tukang sihir adalah kafir dan hukum belajar sihir adalah haram. Para sahabat Imam Ahmad menyatakan kafir bagi orang yang belajar dan mengajarkan sihir. Sihir adalah dosa besar yang membinasakan seseorang, baik di dunia dan akhirat. Tukang sihir tidak akan bahagia di manapun berada.

Allah swt berfirman:

وَلَا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ أَتَىٰ

dan tidak akan menang tukang sihir itu dari mana saja ia datang (Thaha: 69)

Hukuman bagi tukang sihir ialah dipenggal lehernya/ dibunuh. (lihat masalah ini dalam *Fathul Majiid li Syarh Kitaabit Tauhid,* bab 23 tentang sihir, bab 24 macam-macam sihir, *ash-Sharimul Battaar, Fathul Haqqil Mubiin fii 'Ilaajish shar'i was saihr wal 'ain,* dan buku-buku lainnya).

Macam-macam Sihir:

1. Sihir mahabbah (cinta/pelet)
2. Sihir perasaan/kejiwaan, takut, berani, merasa dikejar, merasa ditemani orang dan lain-lain.
3. Sihir kekuatan ghaib: pandangan mata, pukulan jarak jauh, kebal, tidak mempan dibakar, tahan sengatan, komunikasi jarak jauh (telepati)
4. Sihir gangguan pada bagian anggota tubuh, misalnya kaki kesemutan terus menerus, buang air terus menerus, badan lemas, perut kembung tanpa sebab, keluar darah terus menerus, ada juga yang gila

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Sihir penyakit dengan segala kejanggalan dan keanehan
6. Sihir permusuhan dan perceraian (QS. Al Baqarah: 102)
7. Sihir ramalan, untuk meramal nasib, mencari barang hilang dan lain-lain.

Jenis-jenis sihir :

1. Ikatan dan mantera yang digunakan oleh penyihir untuk mendapatkan bantuan setan guna mencelakai orang yang akan disihir.
2. Ramuan yang bisa memberikan pengaruh pada badan, akal, keinginan dan kecenderungan orang yang disihir. Dinamakan juga dengan *sharaf* dan *'ataf.* Sehingga orang yang tersihir seolah-olah menyaksikan sesuatu yang terbalik, bergerak, berjalan dan lain-lain. Melakukan jenis sihir yang pertama adalah syirik karena setan tidak akan membantu penyihir sampai ia kufur kepada Allah swt. Adapun jenis yang kedua adalah merupakan dosa besar, semuanya bisa terjadi adalah dengan takdir Allah swt

Seorang muslim harus membuang dan membakar segala bentuk benda-benda yang diyakini memiliki kekuatan ghaib seperti jimat, rajah, pusaka sakti, batu sakti, benda ajian, isim, wafaq, dan lainnya. Karena semua itu tidak ada manfaatnya dan menambah kelemahan. Keyakinan bahwa benda-benda tersebut mempunyai kekuatan adalah keyakinan syirik dan kufur. Pengobatan Ilahi terhadap sihir ini mempunyai dua bagian, yaitu:

Bagian pertama, hal-hal yang dipergunakan untuk mencegah datangnya sihir, yaitu:

1. Mentauhidkan Allah swt dan mengikhlaskan ibadah hanya kepada-Nya saja dan tidak boleh berbuat syirik
2. Menunaikan seluruh kewajiban, meninggalkan semua larangan, serta bertaubat dari segala macam perbuatan dosa
3. Memperbanyak membaca al Quran yaitu dengan cara menjadikannya sebagai wirid yang dapat membentengi diri dan rumh dari gangguan setan dengan membaca surat al-Baqarah setiap hari di rumah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dzikir yang paling utama ialah membaca al-Quran al-Karim. Yang paling baik, paling benar dan paling bermanfaat digunakan seseorang untuk berlindung dari gangguan setan dan para tukang sihir. *Ia adalah wahyu yang diturunkan Allah yang tidak dimasuki kebathilan, baik dari depan maupun dari belakang (QS. Fushshilat:42)* bahkan ia merupakan kitab yang paling utama yang diturunkan Allah kepada Rasul terbaik, hamba pilihan, yaitu Muhammad bin Abdullah saw. Allah swt berfirman menerangkan kemuliaan dan keutamaan al-quran:

وَلَا يَأْتُونَكَ بِمَثَلٍ إِلَّا جِئْنَاكَ بِالْحَقِّ وَأَحْسَنَ تَفْسِيرًا

tidaklah orang-orang kafir itu datang kepadamu (membawa) sesuatu yang ganjil, melainkan Kami datangkan kepadamu suatu yang benar dan yang paling baik penjelasannya (QS. Al Furqon: 33)

keutamaan al-Quran, nilainya yang mulia dan kedudukannya yang tinggi adalah sesuatu yang sudah diketahui oleh seluruh kaum muslimin. Ia adalah kitab Allah Rabb seru sekalian alam dan pencipta seluruh makhluk. Di dalamnya ada berita orang-orang sebelum kita, dan kabar orang-orang sesudah kita. Ia adalah hukum yang berlaku di antara kita. Ia sesuatu yang serius, bukan yang main-main. Siapa yang meninggalkannya, Allah akan membinasakannya.

Siapa yang mencari petunjuk pada selain-Nya, Allah akan menyesatkannya. Ia adalah tali Allah yang kuat, peringatan yang bijaksana. Ia adalah jalan yang lurus yang tidak bisa diselewengkan oleh keinginan-keinginan hawa nafsu, tidak dibuat rancu oleh lisan, para ulama tidak merasa kenyang (untuk selalu membacanya), dan tidak menciptakan banyak penolakan dan tidak pernah habis keajaiban-keajaibannya. Siapa yang mengatakannya ia benar, siapa yang mengamalkannya memperolah pahala dan orang yang mengajak kepadanya akan ditunjukkan ke jalan yang lurus (*Fiqhul Ad'iyah wa al Adzakar* hal 62-63).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari Abu Umamah al Bahili, Rasulullah saw bersabda:

اقْرَأُوا الْقُرْآنَ، فَإِنَّهُ يَأْتِي شَافِعًا لأَصْحَابِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَعَلَيْكُمْ بِالزَّهْرَاوَيْنِ: الْبَقَرَةِ، وَآلِ عِمْرَانَ، فَإِنَّهُمَا يَأْتِيَانِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَأَنَّهُمَا غَمَامَتَانِ، أَوْ كَأَنَّهُمَا غَيَايَتَانِ، أَوْ كَأَنَّهُمَا فِرْقَانِ مِنْ طَيْرٍ صَوَافَّ، يُحَاجَّانِ عَنْ صَاحِبِهِمَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ، اقْرَءُوا سُورَةَ الْبَقَرَةِ، فَإِنَّ أَخْذَهَا بَرَكَةٌ، وَتَرْكَهَا حَسْرَةٌ، وَلا تَسْتَطِيعُهَا الْبَطَلَةُ

Bacalah al Quran, karena sesungguhnya ia datang pada hari kiamat sebagai pemberi syafa'at kepada para pembacanya. Bacalah zahrawain; al Baqarah dan Ali Imran, karena sesungguhnya keduanya datang pada hari kiamat seolah-olah keduanya awan atau dua naungan atau seolah-olah dua kelompok burung yang membentangkan sayap mereka membela para pembacanya. Bacalah al Baqarah, karena sesungguhnya mengambilnya adalah barakah dan meninggalkannya adalah kerugian dan para tukang sihir tidak mampu untuk mengalahkannya (HR. Muslim) (Shahih Muslim I/553 dan Syarahnya VI/89-90).

Mu'awiyah bin Sallam perawi ini mengatakan, bahwa yang dimaksud dengan *al bathalah* dalam hadits di atas ialah tukang sihir. Dari Abu Hurairah ra, Rasulullah saw bersabda:

لاَ تَجْعَلُوا بُيُوتَكُمْ مَقَابِرَ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْفِرُ مِنَ الْبَيْتِ الَّذِي تُقْرَأُ فِيهِ سُورَةُ الْبَقَرَةِ

Janganlah kalian jadikan rumah-rumah kalian seperti kuburan, karena sesungguhnya setan lari dari rumah yang dibacakan padanya surat al Baqarah. (HR. Muslim)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Melindungi dan membentengi diri dengan banyak memanjatkan berbagai macam doa, ta'awudz, serta dzikir-dzikir yang disyariatkan, yang sesuai dengan sunnah Nabi saw yang shahih. Diantaranya membaca:

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

Tidak ada Tuhan (yang berhak untuk diibadahai dengan benar) melainkan hanya Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya, milik-Nyalah seluruh kerajaan dan hanya bagi-Nya segala puji dan Dia Maha Kuasa atas segala sesuatu. (bacaan ini dibaca 100x setiap hari) (HR. Al Bukhari no 3293, 6403 dan Muslim no 2691)

Selain itu, harus selalu memelihara bacaan dzikir pagi dan petang, juga dzikir-dzikir setelah shalat, bacaan atau doa ketika akan tidur dan ketika bangun tidur, bacaan atau doa masuk dan keluar rumah, bacaan atau doa menaiki kendaraan, doa masuk dan keluar masjid, doa masuk dan keluar WC, doa ketika melihat orang yang sedang diuji (tertimpa musibah) dna doa-doa lainnya yang telah dimuat dalam kitab ini sesuai dengan keadaan, kesempatan, tempat dan waktunya. Dan tidak diragukan lagi bahwa memelihara semuanya itu termasuk salah satu jalan mencegah datangnya sihir, setan dan jin dengan izin Allah swt dan semuanya itu pula yang merupakan penyembuh yang paling ampuh bagi sihir atau hal lainnya yang sudah menimpa (*Zaadul Ma'aad* IV/126, lihat juga, *Majmuu' al Fatawa al 'Allamah Ibni Baaz* III/277).

5. Jika memungkinkan, hendaklah memakan tujuh buah kurma pada pagi hari. Hal itu didasarkan pada sabda Rasulullah saw:

مَنِ اصْطَبَحَ بِسَبْعِ تَمَرَاتٍ عَجْوَةٍ لَمْ يَضُرَّهُ ذَلِكَ الْيَوْمَ سَمٌّ وَلَا سِحْرٌ

Barangsiapa di pagi hari makan tujuh buah kurma ajwah (kurma Nabi saw), maka dia tidak akan terkena racun atau sihir (HR. Al Bukhori no. 5769, 5779/ al fath X/247 dan Muslim no. 2047 (155). Dari Sa'ad bin Abi Waqqash ra, lafadz ini adalah lafadz al Bukhori)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Yang lebih sempurna ialah kurma yang ada di antara dua kampung (di madinah), sebagaimana yang telah disebutkan di dalam riwayat Muslim. Syaikh al 'Allamah Abdul Aziz bin Abdullah bin Baaz rahimahulloh berpendapat, bahwa seluruh kurma madinah mempunyai sifat tersebut. Dan hal itu didasarkan pada sabda Rasulullah saw :

مَنْ أَكَلَ سَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجْوَةً مِمَّا بَيْنَ لَابَتَيِ الْمَدِينَةِ، لَمْ يَضُرَّهُ ذَلِكَ الْيَوْمَ سُمٌّ حَتَّى يُمْسِيَ

Barangsiapa memakan tujuh buah kurma diantara dua kampung di madinah pada pagi hari, maka dia tidak akan dicelakakan oleh racun sampai sore hari (HR. Muslim). Bahwa hal itu juga diharapkan berlaku bagi orang yang memakan tujuh buah kurma selain kurma madinah secara mutlak.

Bagian kedua, pengobatan sihir yang sudah menimpa pada diri seseorang. **Cara pertama**, adalah mengeluarkan sihir tersebut dan menggagalkan jika diketahui tempatnya dengan cara-cara yang dibolehkan menurut syariat. Dan ini merupakan suatu hal yang paling manjur untuk pengobatan orang yang terkena sihir (*Zaadul Ma'aad* IV/124, al Bukhori no. 5765/ al Fath X/232,Muslim no. 2189, dari Aisyah ra dan *Majmuu' al Fatawa,* Syaikh bin Baaz III/280). **Cara kedua** adalah dengan menggunakan ruqyah yang sesuai dengan syariat, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Menumbuk tujuh helai daun pohon *Sidr* (daun bidara) hijau di antara dua batu atau sejenisnya, lalu menyiramkan air ke atasnya sebanyak jumlah air yang cukup untuk mandi dan dibacakan ke dalamnya: ta'awudz, surat al Baqarah ayat 255, surat al A'raf ayat 117-122, surat Yunus ayat 79-82, surat Thaahaa ayat 65-70, surat al Kaafirun, surat al Ihklas, surat al Falaq, surat an Naas.

   Setelah membacakan ayat-ayat di atas pada air yang sudah disiapkan tersebut hendaklah dia meminumnya sebanyak tiga kali dan kemudian mandi dengan menggunakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sisa air tersebut. Dengan demikian, insya Allah pengaruh sihir akan hilang. Dan jika perlu, hal itu boleh diulang dua kali atau lebih, sehingga penyakit sihir itu benar-benar sirna. Hal itu sudah banyak dipraktekkan dan dengan izin-Nya, Allah memberikan manfaat padanya. Pengobatan tersebut juga sangat baik bagi suami yang tidak bisa berhubungan badan karena terkena sihir (Lihat *Fatawa ibni Baaz* III/279, juga *Fathul Majid* (hal. 263-264), *muraja'ah* dan *ta'liq* syaikh bin Baaz cet. Daar ash-Shuma'i tahun 1419 H serta *ash-Sharimul Battaar fit Tashaddi lis Saharatil Asyraar,* karya Wahid Abdus Salam Baali (hal. 109-117). Di sana terdapat ruqyah yang cukup panjang yang insyAllah sangat bermanfaat. Juga lihat *Mushannaf 'Abdirrazzaq* IX/13 serta *Fathul Baari* X/233).

2. Membaca surat al-Fatihah, ayat kursi, dua ayat terakhir dari surat al-Baqarah, surat al-Ikhlas, surat al-Falaq, surat an-Naas sebanyak tiga kali atau lebih, disertai tiupan dan sentuhan pada bagian yang terasa sakit dengan menggunakan tangan kanan (*Fathul Baari Syarh Shaahih al Bukhari* IX/62 dan X/208, Muslim mo. 2192 (50-51)).
3. Membaca beberapa dzikir dan doa Nabi saw yang mencakup:

أَسْأَلُ اللهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيَكَ x7

Aku memohon kepada Allah Ta'ala yang Maha Agung Rabbnya 'arsy yang Agung agar menyembuhkanmu (HR. Tirmidzi: 2/140 dan Shahihul Jaami': 5/180, diucapkan sebanyak 7 kali)

Orang yang sakit meletakkan tangannya di atas bagian tubuh yang terasa sakit seraya mengucapkan بسم الله x3 kemudian membaca doa:

أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ x7

Aku berlindung kepada Allah Ta'ala dengan kemuliaan dan kekuasaan-Nya dari segala keburukan yang aku dapatkan dan aku khawatirkan (HR. Muslim no. 2202 (67), dari Utsman bin Abil 'Ash ats Tsaqafi ra, diucapkan sebanyak 7 kali)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

اللّٰهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَأْسَ وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

Ya Allah, hilangkanlah penyakit Wahai Rabbnya manusia, sembuhkanlah ia (yang sakit), Engkau adalah Dzat Yang Maha Menyembuhkan, tidak ada kesembuhan kecuali dari-Mu, dengan kesembuhan yang tidak meninggalkan penyakit (HR. Muslim)

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ

Aku berlindung kepada kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari setiap gangguan setan, binatang berbisa dan dari setiap mata yang mencela (HR. Bukhori)

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

Aku berlindung kepada kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kejahatan makhluk-Nya (HR. Muslim)

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ شَرِّ عِبَادِهِ وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ

Aku berlindung kepada kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kemurkaan dan hukuman-Nya, dari keburukan hamba-hamba-Nya dan dari bisikan godaan setan dan dari kehadiran mereka kepadaku (HR. Ahmad dan Abu Dawud)

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ الَّتِي لا يُجَاوِزُهُنَّ بَرٌّ وَلَا فَاجِرٌ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَبَرَأَ وَذَرَأَ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ وَمِنْ شَرِّ مَا يَعْرُجُ فِيهَا، وَمِنْ شَرِّ مَا ذَرَأَ فِي الأَرْضِ وَمَا يَخْرُجُ مِنْهَا، وَمِنْ شَرِّ فِتَنِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ طَارِقٍ إِلاَّ طَارِقًا يَطْرُقُ بِخَيْرٍ يَا رَحْمَانُ

Aku berlindung kepada kalimat-kalimat Allah yang sempurna yang tidak dapat ditembus oleh orang yang baik maupun orang yang jahat, aku berlindung dari keburukan apa-apa yang Dia ciptakan, yang Dia adakan dan Dia perbanyak. Dan dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keburukan apa-apa yang turun dari langit dan dari keburukan apap-apa yang naik ke langit. Dari keburukan apa yang Dia ciptakan di bumi dan apa-apa yang keluar dari bumi. Dari keburukan fitnahnya malam dan siang, dan dari keburukan setiap yang datang pada malam hari kecuali yang datang dengan kebaikan, Wahai Dzat Yang Maha Rahman (HR. Imam Ahmad dengan sanad yang shahih)

اللَّهُمَّ رَبَّ السَّمَاوَاتِ السَّبْعِ وَرَبَّ الأَرْضِ، رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، رَبَّنَا وَرَبَّ كُلِّ شَيْءٍ، فَالِقَ الْحَبِّ وَالنَّوَى، مُنْزِلَ التَّوْرَاةِ وَالإِنْجِيلِ وَالْقُرْآنِ، أَعُوذُبِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ شَيْءٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ، أَنْتَ الأَوَّلُ فَلَيْسَ قَبْلَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الآخِرُ فَلَيْسَ بَعْدَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الظَّاهِرُ فَلَيْسَ فَوْقَكَ شَيْءٌ، وَأَنْتَ الْبَاطِنُ فَلَيْسَ دُونَكَ شَيْءٌ، اقْضِ عَنَّا الدَّيْنَ، وَأَغْنِنَا مِنَ الْفَقْرِ

Ya Allah, Rabb Yang Memiliki tujuh langit dan Rabb-nya 'Arsy Yang Agung. Rabb kami dan rabb segala sesuatu, Yang Menumbuhkan butir tumbuh-tumbuhan dan biji buah-buahan. Dzat Yang Menurunkan Taurat, Injil dan Al-Quran. Aku berlindung dari keburukan segala sesuatu. Engkaulah Yang Mengambil ubun-ubunnya. Engkaulah Dzat Yang Maha Awal yang tidak ada sebelum-Mu sesuatupun. Dan Engkaulah Dzat Yang Maha Akhir yang tidak ada setelah-Mu sesuatupun. Dan Engkaulah Dzat Yang Maha Nampak yang tidak ada di atas-Mu sesuatupun. Dan engkaulah Dzat Yang Maha Bathin yang tidak ada di bawah-Mu sesuatupun. Lunasilah hutang kami, dan cukupilah kami sehingga terhindar dari kefakiran.(HR. Muslim)

بِسْمِ اللهِ أَرْقِيكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنِ حَاسِدٍ، اللهُ يَشْفِيكَ بِسْمِ اللهِ أَرْقِيكَ

Dengan menyebut nama Allah aku meruqyahmu, dari segala sesuatu yang mengganggumu dan dari keburukan setiap jiwa atau mata yang dengki. Allah-lah Yang Menyembuhkanmu,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan menyebut nama Allah aku meruqyahmu. (HR. Muslim)
(Bagi yang meruqyah diri sendiri maka ia mengucapkan :
(أَرْقِنِيْ نَفْسِي atau يُؤْذِيْنِي atau يَشْفِيْنِي atau أَنْ), dengan kata ganti orang yang berbicara (kami), demikian pula dalam doa-doa yang lainnya)

بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ مِنْ حَسَدِ حَاسِدٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ، اللَّهُ يَشْفِيكَ

Dengan menyebut nama Allah aku meruqyahmu, dari segala sesuatu yang mengganggumu dari kedengkian orang yang dengki dan dari kejahatan setiap orang yang mempunyai mata jahat, mudah-mudahan Allah menyembuhkanmu (HR. Ibnu Majah)

بِسْمِ اللهِ الَّذِي لاَ يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ

Dengan nama Allah yang tidak ada sesuatupun yang bisa membahayakan baik di bumi maupun di langit. Dan Dia (Allah) Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui (HR. At Tirmidzi dan dishahihkan oleh al Albani)

حَسْبِيَ اللهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ x7

Cukuplah Allah bagiku, tiada Tuhan yang hak melainkan Dia (Allah), kepada-Nya aku bertawakkal dan Dia adalah Rabb Arsy yang Agung (HR. Abu Dawud dan At Tirmidzi, diucapkan sebanyak 7 kali)

Semua ta'awudz, doa dan ruqyah tersebut dapat dipergunakan untuk mengobati sihir, kesurupan jin dan semua macam penyakit. Sebab ia merupakan ruqyah yang melengkapi dan sangat bermanfaat dengan izin Allah swt.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Cara ketiga, adalah dengan mengeluarkan penyakit dengan melakukan pembekaman pada bagian yang tampak bekas sihir, hal itu jika dimungkinkan tetapi jika tidak mungkin maka cukup dengan penyembuhan cara sebelumnya, segala puji bagi Allah swt.

Cara keempat, adalah dengan obat-batan alami. Di dunia ini terdapat beberapa obat alami yang sangat bermanfaat yang ditunjukkan oleh al-Quran al-karim dan as-Sunnah. Jika seseorang menggunakannya dengan penuh keyakinan, kejujuran dan tawajjuh disertai keyakinan bahwa manfaat itu hanya dari Allah, maka Allah akan memberikan manfaat padanya, jika Dia menghendaki. Di sana terdapat obat yang dikombinasi dari rerumputan dan sejenisnya, yang semuanya itu didasarkan pada pengalaman sehingga tidak ada larangan untuk memanfaatkannya menurut syariat selama tidak diharamkan. Di antara pengobatan dan penyembuhan alami yang sangat bermanfaat dengan izin Allah swt adalah dengan menggunakan madu, *habbat sauda* (jintan hitam), air zam-zam dan air hujan. Hal itu didasarkan pada firman Allah swt:

وَنَزَّلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُبَارَكًا فَأَنْبَتْنَا بِهِ جَنَّاتٍ وَحَبَّ الْحَصِيدِ

dan Kami turunkan dari langit air yang banyak manfaatnya lalu Kami tumbuhkan dengan air itu pohon-pohon dan biji-biji tanaman yang diketam (QS. Qaaf: 9)

Juga minyak zaitun. Hal itu didasarkan pada sabda Rasulullah saw:

كُلُوا الزَّيْتَ وَادْهُنُوا بِهِ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ

Makanlah oleh kalian minyak zaitun dan poleskanlah dengannya karena sesungguhnya minyak zaitun itu dari pohon yang diberkahi (HR. Ahmad, at Tirmidzi, dan Ibnu Majah dishahihkan oleh al Albani di dalam shahih at Tirmidzi)

Telah terbukti melalui pengalaman, praktek langsung serta melalui kepustakaan, bahwa ia merupakan minyak yang paling bagus. Dan diantara obat alami lainnya adalah mandi membersihkan diri dan memakai wangi-wangian.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

h. Terapi Ruqyah untuk Gangguan Jin

Gangguan Jin merupakan fenomena penyakit yang khas, meskipun biasanya mempunyai gejala yang hampir sama dengan penyakit fisik dan psikis. Biasanya baru diketahui setelah berbagai macam pengobatan fisik dan psikis gagal mengatasinya. Misalnya pasien sudah diobati dengan berbagai obat fisik, tetapi tidak ada pengaruhnya dan sakitnya tetap tidak berkurang. Demikian juga pasien sudah diberi berbagai obat psikis, misalnya obat penenang, tetapi pasien tetap tidak bisa tidur dan tetap agresif maupun menutup diri dalam jangka waktu lama. Tetapi kadang-kadang cepat diketahui oleh orang yang berpengalaman dalam meruqyah gangguan jin, karena ada tanda-tanda khusus yang tampak (misalnya pandangan mata maupun pancaran energinya yang dapat dirasakan). Tetapi yang paling jelas adalah reaksi si pasien setelah dibacakan ayat-ayat Al-Qur'an maupun doa-doa dari Al-Qur'an dan As-Sunnah. Biasanya ada reaksi geliatan tubuh, mimik takut atau marah, teriakan-teriakan, menangis dan sebagainya.

i. Jenis-Jenis Gangguan Jin

1. Gangguan secara menyeluruh. Jin mengganggu (menguasai) seluruh tubuh seseorang seperti umumnya terjadi pada penderita penyakit yang lumpuh seluruh tubuhnya.
2. Gangguan secara parsial (sebagian). Jin hanya mengganggu pada salah satu anggota tubuh saja, seperti lengan tidak bisa bergerak, lisan, kaki, persendian, lumpuh kedua kakinya secara tiba-tiba dan lain-lain.
3. Gangguan secara berkesinambungan. Jin menetap di dalam tubuhnya dalam tempo yang cukup lama (migrain, kepala berat, sakit perut/maag, darah tinggi, gatal-gatal yang tidak kunjung sembuh, dll).
4. Gangguan pada bagian tertentu. Jin mengganggu pada bagian-bagian tubuh tertentu dalam waktu beberapa menit saja seperti orang yang merasa terhimpit dan ditindih oleh "sesuatu" yang amat berat pada saat tidur (mimpi).
5. Gangguan pada organ dalam tubuh sehingga menyebabkan sakit liver, paru-paru, jantung, mandul, hamil tidak ada anak kemudian hilang, dll

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

j. Kapan seseorang perlu diruqyah?

Seseorang perlu meruqyah dirinya sendiri atau orang lain apabila terdapat tanda-tanda dan gejala-gejala yang muncul sebagaimana tersebut dibawah ini:

1. Terjadi perubahan secara tiba-tiba. Misalnya, pada mulanya seseorang mencintai sesuatu akan tetapi berubah membencinya atau sebaliknya.
2. Mengalami komplikasi penyakit meskipun secara medis (ilmu kedokteran) tidak ditemukan sebab yang jelas nan pasti.
3. Dada terasa sesak napas, khususnya setelah sholat Ashar dan Maghrib.
4. Enggan bekerja, melarikan diri dari masyarakat atau dari kelompoknya dan lebih suka menjauh dan menyendiri.
5. Terbayang melakukan sesuatu, padahal sebenarnya belum dan tidak melakukan apa-apa.
6. Wajah pucat, berwarna kekuningan, atau timbul bekas-bekas pada tubuh dan cenderung kebiru-biruan atau kecoklat-coklatan tanpa ada sebab yang jelas.
7. Sakit kepala secara berulang-ulang (terus menerus) atau demam secara tiba-tiba dengan catatan bahwa penyebanya bukan karena sakit telinga, hidung, tenggorokan, mata, gigi atau perut.
8. Sering terjadi pertengkaran antara suami dan isteri atau sebaliknya sehingga hubungan mereka tidak harmonis dan bahkan semakin jauh, atau terjadi pertengkaran di antara anggota keluarga karena suatu sebab yang amat sepele.
9. Berhalusinasi dalam keadaan sadar.
10. Malas, lemah, terlalu berhati-hati secara terus menerus, dan tidak ada nafsu makan.
11. Selalu merasa tidak seimbang ketika berjalan.
12. Mendengar suara dengungan di kedua telingannya atau salah satunya secara berulang-ulang.
13. Terasa sakit di daerah rahim bagi perempuan, pingsan (khususnya pada saat haid) atau selalu mengalami istihadhoh (darah yang muncul setelah habis masa haid).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

14. Marah besar (berlebihan) karena suatu sebab yang amat sepele.
15. Selalu ingin tidur, suka tidur nyenyak dan sulit bangun dari tidur.
16. Mendengar suara yang memanggil namanya, tetapi tidak melihat orang yang memanggilnya.
17. Selalu merasa sakit yang berpindah-pindah di punggung bagian paling bawah, di tengah atau di antara kedua pundak.
18. Merasa diraba-raba kulitnya dengan disertai rasa gatal-gatal dan muncul bengkak-bengkak atau kadangkala bentol-bentol di badan.
19. Mencret berat dan berulang-ulang, banyak gas (kentut), asam atau pembakaran dalam perut atau mengalami sembelit secara terus menerus.
20. Tidak mampu melihat dan mengalami penyimpangan pandangan.
21. Merasa gelisah, sedih, menderita, tidak dapat tidur, cemas, resah, khawatir dan sangat takut.
22. Was-was (ragu-ragu).
23. Pikiran menjadi linglung terus menerus dan banyak lupa.
24. Tidak mau berdzikir kepada Allah dan tidak taat.
25. Keluar bau keringat yang tidak sedap yang tidak biasa, bau aneh atau busuk yang dirasakan orang yang sakit, tetapi kadang-kadang tidak dapat dirasa oleh orang yang berada di dekatnya. Di samping itu, banyak keluar keringat atau sering terasa ingin buang air kecil (kencing).
26. Tidak mampu melakukan jima' (hubungan suami isteri) dan hal-hal yang mengarah kepadanya bagi seorang suami atau tidak mempunyai nafsu untuk melakukan jima' bagi seorang isteri.
27. Selalu bermimpi tentang hal-hal yang menakutkan seperti melihat atau digigit hewan yang berbahaya: anjing hitam, ular hitam, kalajengking, lipan (kelabang) atau hewan lainnya; melihat kuburan atau tempat sampah (kotoran); atau terjatuh secara tiba-tiba dari tempat yang tinggi atau tenggelam dalam air atau ditindih oleh makhluk yang besar sekali ataupun

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

makhluk yang kecil sekali dan seterusnya. Mimpi melihat dirinya berada di kuburan, tempat sampah atau di suatu jalan yang mengerikan. Mimpi sering bertemu dengan orang-orang yang telah meninggal dunia.

28. Tertawa, menangis atau teriak ketika dalam keadaan tidur.
29. Suka berbicara ketika tidur, gigi berbunyi seakan mengerat-erat sesuatu disertai dengan suara yang jelas, mengaduh-aduh atau merintih.
30. Penyakit ayan (epilepsy) atau terjadinya kekejangan otot-otot dan syaraf tertentu pada diri seseorang.
31. Dada terasa berat ketika bangun tidur.
32. Berjalan ketika tidur, sulit tidur malam, atau terbangun dalam keadaan bingung atau takut.
33. Sengatan binatang berbisa seperti ular, kalajengking, kelabang, semut dan lain-lain.
34. Memiliki kekuatan fisik (jasmani) yang luar biasa, di luar kemampuan umumnya rata-rata seorang manusia normal, seperti tidak mempan ditembak/diiris pisau; mampu menarik kereta api/pesawat terbang; makan pecahan kaca/jarum/paku dan lain-lain.
35. Merasa ada yang membisikkan di telinganya terutama ketika berada di toilet/kamar mandi, dan berlama-lama berada di dalam kedua ruangan tersebut.
36. Sering bisa dan mampu "menebak" suatu peristiwa yang akan terjadi.
37. Bisa dan mampu melihat "sesuatu" (makhluk halus atau benda) yang umumnya tidak dapat dilihat oleh orang lain.
38. Sering berprasangka buruk dan suka "merendahkan" orang lain baik dalam sikap ataupun dalam bicara.
39. Sering "lupa" jumlah rokaat sholat yang dilakukannya.
40. Terhalangi rezekinya atau sering gagal dalam usahanya (dagang, warung).
41. "Sulit dan selalu gagal" dalam upaya mencari jodohnya.
42. Dijauhi dan dibenci oleh teman dan rekan sejawatnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

43. Peralatan atau mesin yang sering rusak: sepeda motor, mobil dan lain-lain.
44. "Terasa" angker atau dianggap punya nuansa magis: rambut tidak bisa dipotong, pohon tidak bias ditebang dan sejenisnya.
45. Rumah sering dimasuki hewan seperti ular hitam, anjing hitam, tikus dan lain-lain.
46. Pernah atau sering mendengar suara letusan di atap (di atas genteng) atau disekitar rumah, khususnya pada malam hari.

Berkaitan dengan fenomena di atas, maka terapi ruqyah terhadap gangguan jin perlu dilakukan. Ali bin Muhammad bin Mahdi al Qarni dan Syek Abdul Aziz bin Abdullah bin Baaz secara garis besar menjelaskan proses terapi ruqyah terhadap gangguan jin sebagai berikut:

k. Syarat Orang Yang Meruqyah

1. Orang yang melakukan ruqyah adalah seorang mukmin, sholeh dan bertaqwa serta istiqomah dalam ibadahnya. Semakin tinggi tingkat ketaqwaan seorang peruqyah, maka semakin kuat pengaruh ruqyahnya.
2. Di saat meruqyah, hendaknya *bertawajjuh* (menghadapkan diri) kepada Allah swt dengan sungguh-sungguh, sehingga hati dan lisannya menyatu. Yang lebih utama seseorang meruqyah dirinya sendiri; karena biasanya orang lain hatinya sibuk sendiri, dan juga karena tidak ada yang bisa merasakan kesusahan dan kebutuhan selain dirinya sendiri dan Allah swt telah berjanji untuk mengabulkan doa orang yang sedang dalam kesusahan.
3. Mengetahui ruqyah yang sesuai (tepat dan benar) yang bersumber dari Al-Quran dan As-sunnah dan bukan bersumber dari selainnya.
4. Mempunyai aqidah yang bersih dan murni dan direalisasikannya dalam ucapan dan perbuatan.
5. Ia yakin bahwa firman Allah mempunyai pengaruh yang dahsyat untuk mengusir jin dan setan atas izin Allah swt.
6. Terbiasa berdzikir kepada Allah swt.
7. Berniat ikhlas ketika mengobati.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8. Memohon bantuan kepada Allah swt dalam mengusir jin.
9. Menjauhkan tempat pengobatan dari lagu-lagu, musik, gambar-gambar yang menjurus pada maksiat, situasi yang menjurus maksiat, anjing di rumah, dan sebagainya.
10. Mengetahui pintu-pintu atau peluang-peluang masuknya jin.
11. Mengetahui perbuatan-perbuatan haram yang menyebabkan masuknya setan.
12. Sebelum mengobati hendaknya ia dan pasien berwudlu terlebih dahulu.

l. Syarat Orang yang diruqyah

1. Lebih diutamakan seorang mukmin yang shalih, karena pengaruh ruqyah sesuai dengan kadar keimanan orang yang diruqyah. Allah swt berfirman dalam surat Al Israa' ayat 82: *dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang dapat menyembuhkan dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.* Catatan: Ruqyah insya Allah tidak akan berpengaruh banyak terhadap orang yang suka berbuat maksiat dan mungkar, *wallahu a'lam*.
2. Bertawajjuh (menghadapkan diri) kepada Allah swt dengan sungguh-sungguh agar Dia memberikan kesembuhan kepadanya.
3. Si pasien dan keluarga diberi pengetahuan dan nasihat-nasihat tentang aqidah Islam yang benar dan murni sehingga hatinya terlepas dari ketergantungan selain Allah swt.
4. Dijelaskan pada pasien perbedaan pengobatan ruqyah dengan pengobatan ahli sihir dan dukun, serta dijelaskan pada pasien bahwa Al-Quran mengandung obat dan rahmat bagi orang yang beriman.
5. Orang yang diruqyah harus iman dan yakin sepenuhnya bahwa Kitab Suci Alquran adalah obat yang dapat menyembuhkan atas izin Allah, rahmat dan obat yang sangat manjur (baca, Alquran, Surat Al-Isra: 82).
6. Jika pasien memakai azimat (wafaq, rajah, amalan, keris, tombak, dll) hendaknya dibuang dan dibakar.
7. Jika pasien tersebut seorang wanita, hendaknya tertutup

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

auratnya, disertai seorang mahram, dan orang lain selain mahramnya dilarang masuk ke tempat pengobatan.

8. Tidak menganggap kesembuhannya datang terlambat; karena ruqyah adalah doa. Dan jika seseorang tergesa-gesa untuk dikabulkan doanya, bisa jadi malah tidak dikabulkan. Rasulullah saw bersabda: *"Dikabulkan (doa) salah seorang dari kamu, selama ia tidak tergesa-gesa, ia berkata, "Kami sudah berdoa, tetapi belum juga dikabulkan"* (HR. Muttafaq 'Alaih)

m. Bacaan Ruqyah dengan Al-Quran Al-Karim

Pada tahap ini Peruqyah membaca surat-surat atau ayat-ayat Al-Quran Al-Karim jika tertimpa musibah, terserang penyakit dengan berbagai macam jenisnya, terkena sihir, juga dapat mengusir gangguan jin/setan dengan cara: membaca doa ruqyah dengan meniupkan sedikit air ludah, membaca doa ruqyah dengan tidak meniupkan air ludah, mengambil sedikit air ludah dengan ujung jarinya dan mencampurnya dengan debu kemudian mengusapkannya kepada bagian sakit, dan membaca doa ruqyah dengan mengusap bagian yang sakit, diantara doa-doanya sebagai berikut:

1. Surat Al-Fatihah.....

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ (١) الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (٢) الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ (٣)
مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ (٤) إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَ إِيَّاكَ نَسْتَعِينُ (٥) اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ
(٦) صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلا الضَّالِّينَ (٧)

"Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam. Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Yang menguasai di hari Pembalasan. Hanya Engkaulah yang Kami sembah, dan hanya kepada Engkaulah Kami meminta pertolongan. Tunjukilah Kami jalan yang lurus, (yaitu) jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat kepada mereka; bukan (jalan) mereka yang dimurkai dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat."

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Surat Al-Baqarah Ayat 1-5.....

الم (١)ذَلِكَ الْكِتَابُ لا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ (٢)الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ (٣)وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنْزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ (٤)أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (٥)

"Alif laam miin. Kitab (Al Quran) ini tidak ada keraguan padanya; petunjuk bagi mereka yang bertaqwa, (yaitu) mereka yang beriman kepada yang ghaib, yang mendirikan shalat, dan menafkahkan sebahagian rezki yang Kami anugerahkan kepada mereka. dan mereka yang beriman kepada kitab (Al Quran) yang telah diturunkan kepadamu dan Kitab-Kitab yang telah diturunkan sebelummu, serta mereka yakin akan adanya (kehidupan) akhirat. mereka Itulah yang tetap mendapat petunjuk dari Tuhan mereka, dan merekalah orang-orang yang beruntung."

3. Surat Al-Baqarah Ayat 163-164.....

وَإِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ لا إِلَهَ إِلا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ (١٦٣)إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالأَرْضِ لآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ (١٦٤)

"dan Tuhanmu adalah Tuhan yang Maha Esa; tidak ada Tuhan melainkan Dia yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, silih bergantinya malam dan siang, bahtera yang berlayar di laut membawa apa yang berguna bagi manusia, dan apa yang Allah turunkan dari langit berupa air, lalu dengan air itu Dia hidupkan bumi sesudah mati (kering)-nya dan Dia sebarkan di bumi itu segala jenis hewan, dan pengisaran angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi; sungguh (terdapat) tanda-tanda (keesaan dan kebesaran Allah) bagi kaum yang memikirkan."

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Surat Al-Baqarah Ayat 255-257.....

اللَّهُ لا إِلَهَ إِلا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضَ وَلا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ (٢٥٥) لا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لا انْفِصَامَ لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ (٢٥٦) اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَاؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُمْ مِنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ (٢٥٧)

"Allah, tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia yang hidup kekal lagi terus menerus mengurus (makhluk-Nya); tidak mengantuk dan tidak tidur. Kepunyaan-Nya apa yang di langit dan di bumi. tiada yang dapat memberi syafa'at di sisi Allah tanpa izin-Nya? Allah mengetahui apa-apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah melainkan apa yang dikehendaki-Nya. Kursi Allah meliputi langit dan bumi. dan Allah tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha besar. tidak ada paksaan untuk (memasuki) agama (Islam); Sesungguhnya telah jelas jalan yang benar daripada jalan yang sesat. karena itu Barangsiapa yang ingkar kepada Thaghut dan beriman kepada Allah, Maka Sesungguhnya ia telah berpegang kepada buhul tali yang Amat kuat yang tidak akan putus. dan Allah Maha mendengar lagi Maha mengetahui. Allah pelindung orang-orang yang beriman; Dia mengeluarkan mereka dari kegelapan (kekafiran) kepada cahaya (iman). dan orang-orang yang kafir, pelindung-pelindungnya ialah syaitan, yang mengeluarkan mereka daripada cahaya kepada kegelapan (kekafiran). mereka itu adalah penghuni neraka; mereka kekal di dalamnya."

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Surat Al-Baqarah Ayat 284-286.....

لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الأَرْضِ وَإِنْ تُبْدُوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخْفُوهُ يُحَاسِبْكُمْ بِهِ اللَّهُ فَيَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ (٢٨٤) آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ (٢٨٥) لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلا تُحَمِّلْنَا مَا لا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلانَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (٢٨٦)

"kepunyaan Allah-lah segala apa yang ada di langit dan apa yang ada di bumi. dan jika kamu melahirkan apa yang ada di dalam hatimu atau kamu menyembunyikan, niscaya Allah akan membuat perhitungan dengan kamu tentang perbuatanmu itu. Maka Allah mengampuni siapa yang dikehandaki-Nya dan menyiksa siapa yang dikehendaki-Nya; dan Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu. Rasul telah beriman kepada Al Quran yang diturunkan kepadanya dari Tuhannya, demikian pula orang-orang yang beriman. semuanya beriman kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya dan rasul-rasul-Nya. (mereka mengatakan): "Kami tidak membeda-bedakan antara seseorangpun (dengan yang lain) dari rasul-rasul-Nya", dan mereka mengatakan: "Kami dengar dan Kami taat." (mereka berdoa): "Ampunilah Kami Ya Tuhan Kami dan kepada Engkaulah tempat kembali." Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): "Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau hukum Kami jika Kami lupa atau Kami tersalah. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau bebankan kepada Kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau pikulkan kepada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kami apa yang tak sanggup Kami memikulnya. beri ma'aflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong Kami, Maka tolonglah Kami terhadap kaum yang kafir."

6. Surat Ali 'Imran Ayat 18-19.....

شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلا هُوَ وَالْمَلائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ لا إِلَهَ إِلا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ(١٨) إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الإِسْلامُ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ إِلا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ وَمَنْ يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ(١٩)

"Allah menyatakan bahwasanya tidak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), yang menegakkan keadilan. Para Malaikat dan orang-orang yang berilmu (juga menyatakan yang demikian itu). tak ada Tuhan melainkan Dia (yang berhak disembah), yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana. Sesungguhnya agama (yang diridhai) disisi Allah hanyalah Islam. tiada berselisih orang-orang yang telah diberi Al Kitab kecuali sesudah datang pengetahuan kepada mereka, karena kedengkian (yang ada) di antara mereka. Barangsiapa yang kafir terhadap ayat-ayat Allah Maka Sesungguhnya Allah sangat cepat hisab-Nya."

7. Surat Al-A'raf Ayat 54-56.....

إِنَّ رَبَّكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَى عَلَى الْعَرْشِ يُغْشِي اللَّيْلَ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَثِيثًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ مُسَخَّرَاتٍ بِأَمْرِهِ أَلا لَهُ الْخَلْقُ وَالأَمْرُ تَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ(٥٤) ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ (٥٥) وَلا تُفْسِدُوا فِي الأَرْضِ بَعْدَ إِصْلاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ(٥٦)

"Sesungguhnya Tuhan kamu ialah Allah yang telah menciptakan langit dan bumi dalam enam masa, lalu Dia bersemayam di atas 'Arsy. Dia menutupkan malam kepada siang yang mengikutinya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan cepat, dan (diciptakan-Nya pula) matahari, bulan dan bintang-bintang (masing-masing) tunduk kepada perintah-Nya. Ingatlah, menciptakan dan memerintah hanyalah hak Allah. Maha suci Allah, Tuhan semesta alam. Berdoalah kepada Tuhanmu dengan berendah diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas. dan janganlah kamu membuat kerusakan di muka bumi, sesudah (Allah) memperbaikinya dan Berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut (tidak akan diterima) dan harapan (akan dikabulkan). Sesungguhnya rahmat Allah Amat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik."

8. Surat Al-Mukminun Ayat 115-118 .....

أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ (١١٥) فَتَعَالَى اللَّهُ
الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ (١١٦) وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا
آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ (١١٧)
وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ (١١٨)

"Maka Apakah kamu mengira, bahwa Sesungguhnya Kami menciptakan kamu secara main-main (saja), dan bahwa kamu tidak akan dikembalikan kepada kami? Maka Maha Tinggi Allah, raja yang sebenarnya; tidak ada Tuhan selain Dia, Tuhan (yang mempunyai) 'Arsy yang mulia. dan Barangsiapa menyembah Tuhan yang lain di samping Allah, Padahal tidak ada suatu dalilpun baginya tentang itu, Maka Sesungguhnya perhitungannya di sisi Tuhannya. Sesungguhnya orang-orang yang kafir itu tiada beruntung. dan Katakanlah: "Ya Tuhanku berilah ampun dan berilah rahmat, dan Engkau adalah pemberi rahmat yang paling baik."

9. Surat Al-Shaffat Ayat 1-10 .....

وَالصَّافَّاتِ صَفًّا (١) فَالزَّاجِرَاتِ زَجْرًا (٢) فَالتَّالِيَاتِ ذِكْرًا (٣) إِنَّ إِلَهَكُمْ
لَوَاحِدٌ (٤) رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ الْمَشَارِقِ (٥) إِنَّا
زَيَّنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بِزِينَةٍ الْكَوَاكِبِ (٦) وَحِفْظًا مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ مَارِدٍ
(٧) لَا يَسَّمَّعُونَ إِلَى الْمَلَإِ الْأَعْلَى وَيُقْذَفُونَ مِنْ كُلِّ جَانِبٍ (٨) دُحُورًا وَلَهُمْ

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

عَذَابٌ وَاصِبٌ (٩) إِلا مَنْ خَطِفَ الْخَطْفَةَ فَأَتْبَعَهُ شِهَابٌ ثَاقِبٌ (١٠)

demi (rombongan) yang ber shaf-shaf dengan sebenar-benarnya, dan demi (rombongan) yang melarang dengan sebenar-benarnya (dari perbuatan-perbuatan maksiat), dan demi (rombongan) yang membacakan pelajaran, Sesungguhnya Tuhanmu benar-benar Esa. Tuhan langit dan bumi dan apa yang berada di antara keduanya dan Tuhan tempat-tempat terbit matahari. Sesungguhnya Kami telah menghias langit yang terdekat dengan hiasan, Yaitu bintang-bintang, dan telah memeliharanya (sebenar-benarnya) dari Setiap syaitan yang sangat durhaka, syaitan syaitan itu tidak dapat mendengar-dengarkan (pembicaraan) Para Malaikat dan mereka dilempari dari segala penjuru. untuk mengusir mereka dan bagi mereka siksaan yang kekal, akan tetapi Barangsiapa (di antara mereka) yang mencuri-curi (pembicaraan); Maka ia dikejar oleh suluh api yang cemerlang.

10. Surat Al-Ahqaf Ayat 29-32.....

وَإِذْ صَرَفْنَا إِلَيْكَ نَفَرًا مِنَ الْجِنِّ يَسْتَمِعُونَ الْقُرْآنَ فَلَمَّا حَضَرُوهُ قَالُوا أَنْصِتُوا فَلَمَّا قُضِيَ وَلَّوْا إِلَى قَوْمِهِمْ مُنْذِرِينَ (٢٩) قَالُوا يَا قَوْمَنَا إِنَّا سَمِعْنَا كِتَابًا أُنْزِلَ مِنْ بَعْدِ مُوسَى مُصَدِّقًا لِمَا بَيْنَ يَدَيْهِ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ وَإِلَى طَرِيقٍ مُسْتَقِيمٍ (٣٠) يَا قَوْمَنَا أَجِيبُوا دَاعِيَ اللَّهِ وَآمِنُوا بِهِ يَغْفِرْ لَكُمْ مِنْ ذُنُوبِكُمْ وَيُجِرْكُمْ مِنْ عَذَابٍ أَلِيمٍ (٣١) وَمَنْ لا يُجِبْ دَاعِيَ اللَّهِ فَلَيْسَ بِمُعْجِزٍ فِي الأَرْضِ وَلَيْسَ لَهُ مِنْ دُونِهِ أَوْلِيَاءُ أُولَئِكَ فِي ضَلالٍ مُبِينٍ (٣٢)

"dan (ingatlah) ketika Kami hadapkan serombongan jin kepadamu yang mendengarkan Al Quran, Maka tatkala mereka menghadiri pembacaan (nya) lalu mereka berkata: "Diamlah kamu (untuk mendengarkannya)". ketika pembacaan telah selesai mereka kembali kepada kaumnya (untuk) memberi peringatan. mereka berkata: "Hai kaum Kami, Sesungguhnya Kami telah mendengarkan kitab (Al Quran) yang telah diturunkan sesudah Musa yang membenarkan Kitab-Kitab yang sebelumnya lagi memimpin kepada kebenaran dan kepada jalan yang lurus. Hai kaum Kami, terimalah (seruan) orang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang menyeru kepada Allah dan berimanlah kepada-Nya, niscaya Allah akan mengampuni dosa-dosa kamu dan melepaskan kamu dari azab yang pedih. dan orang yang tidak menerima (seruan) orang yang menyeru kepada Allah Maka Dia tidak akan melepaskan diri dari azab Allah di muka bumi dan tidak ada baginya pelindung selain Allah. mereka itu dalam kesesatan yang nyata."

11. Surat Al-Rahman Ayat 33-36.....

يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَالإِنْسِ إِنِ اسْتَطَعْتُمْ أَنْ تَنْفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ فَانْفُذُوا لا تَنْفُذُونَ إِلا بِسُلْطَانٍ (٣٣)فَبِأَيِّ آلاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ (٣٤)يُرْسَلُ عَلَيْكُمَا شُوَاظٌ مِنْ نَارٍ وَنُحَاسٌ فَلا تَنْتَصِرَانِ (٣٥)فَبِأَيِّ آلاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ(٣٦)

"Hai jama'ah jin dan manusia, jika kamu sanggup menembus (melintasi) penjuru langit dan bumi, Maka lintasilah, kamu tidak dapat menembusnya kecuali dengan kekuatan. Maka nikmat Tuhan kamu yang manakah yang kamu dustakan? kepada kamu, (jin dan manusia) dilepaskan nyala api dan cairan tembaga Maka kamu tidak dapat menyelamatkan diri (dari padanya). Maka nikmat Tuhan kamu yang manakah yang kamu dustakan?"

12. Surat Al-Hasyr Ayat 21-24 .....

لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ (٢١)هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ(٢٢)هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ (٢٣)هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ(٢٤)

"kalau Sekiranya Kami turunkan Al-Quran ini kepada sebuah gunung, pasti kamu akan melihatnya tunduk terpecah belah disebabkan ketakutannya kepada Allah. dan perumpamaan-perumpamaan itu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kami buat untuk manusia supaya mereka berfikir. Dialah Allah yang tiada Tuhan selain Dia, yang mengetahui yang ghaib dan yang nyata, Dia-lah yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Dialah Allah yang tiada Tuhan selain Dia, Raja, yang Maha Suci, yang Maha Sejahtera, yang Mengaruniakan Keamanan, yang Maha Memelihara, yang Maha perkasa, yang Maha Kuasa, yang memiliki segala Keagungan, Maha suci Allah dari apa yang mereka persekutukan. Dialah Allah yang Menciptakan, yang Mengadakan, yang membentuk Rupa, yang mempunyai asmaaul Husna. bertasbih kepadanya apa yang di langit dan bumi. dan Dialah yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana."

13. Surat Al-Jinn Ayat 1-9.....

قُلْ أُوحِيَ إِلَيَّ أَنَّهُ اسْتَمَعَ نَفَرٌ مِنَ الْجِنِّ فَقَالُوا إِنَّا سَمِعْنَا قُرْآنًا عَجَبًا (١) يَهْدِي إِلَى الرُّشْدِ فَآمَنَّا بِهِ وَلَنْ نُشْرِكَ بِرَبِّنَا أَحَدًا (٢) وَأَنَّهُ تَعَالَى جَدُّ رَبِّنَا مَا اتَّخَذَ صَاحِبَةً وَلَا وَلَدًا (٣) وَأَنَّهُ كَانَ يَقُولُ سَفِيهُنَا عَلَى اللَّهِ شَطَطًا (٤) وَأَنَّا ظَنَنَّا أَنْ لَنْ تَقُولَ الْإِنْسُ وَالْجِنُّ عَلَى اللَّهِ كَذِبًا (٥) وَأَنَّهُ كَانَ رِجَالٌ مِنَ الْإِنْسِ يَعُوذُونَ بِرِجَالٍ مِنَ الْجِنِّ فَزَادُوهُمْ رَهَقًا (٦) وَأَنَّهُمْ ظَنُّوا كَمَا ظَنَنْتُمْ أَنْ لَنْ يَبْعَثَ اللَّهُ أَحَدًا (٧) وَأَنَّا لَمَسْنَا السَّمَاءَ فَوَجَدْنَاهَا مُلِئَتْ حَرَسًا شَدِيدًا وَشُهُبًا (٨) وَأَنَّا كُنَّا نَقْعُدُ مِنْهَا مَقَاعِدَ لِلسَّمْعِ فَمَنْ يَسْتَمِعِ الْآنَ يَجِدْ لَهُ شِهَابًا رَصَدًا (٩)

"Katakanlah (hai Muhammad) : "Telah diwahyukan kepadamu bahwasanya: telah mendengarkan sekumpulan jin (akan Al Quran), lalu mereka berkata: Sesungguhnya Kami telah mendengarkan Al Quran yang menakjubkan, (yang) memberi petunjuk kapada jalan yang benar, lalu Kami beriman kepadanya. dan Kami sekali-kali tidak akan mempersekutukan seseorangpun dengan Tuhan Kami, dan bahwasanya Maha Tinggi kebesaran Tuhan Kami, Dia tidak beristeri dan tidak (pula) beranak. dan bahwasanya: orang yang kurang akal daripada Kami selalu mengatakan (perkataan) yang melampaui batas terhadap Allah, dan Sesungguhnya Kami mengira, bahwa manusia dan jin sekali-kali tidak akan mengatakan Perkataan yang Dusta terhadap Allah. dan bahwasanya ada beberapa orang laki-laki di antara manusia meminta perlindungan kepada beberapa laki-laki di antara jin, Maka jin-jin itu menambah bagi mereka

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dosa dan kesalahan. dan Sesungguhnya mereka (jin) menyangka sebagaimana persangkaan kamu (orang-orang kafir Mekah), bahwa Allah sekali-kali tidak akan membangkitkan seorang (rasul)pun, dan Sesungguhnya Kami telah mencoba mengetahui (rahasia) langit, Maka Kami mendapatinya penuh dengan penjagaan yang kuat dan panah-panah api, dan Sesungguhnya Kami dahulu dapat menduduki beberapa tempat di langit itu untuk mendengar-dengarkan (berita-beritanya). tetapi sekarang Barangsiapa yang (mencoba) mendengar-dengarkan (seperti itu) tentu akan menjumpai panah api yang mengintai (untuk membakarnya)."

14. Surat Al-Ikhlas.....

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ (١)اللَّهُ الصَّمَدُ (٢)لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ (٣)وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ (٤)

"Katakanlah: "Dia-lah Allah, yang Maha Esa. Allah adalah Tuhan yang bergantung kepada-Nya segala sesuatu. Dia tiada beranak dan tidak pula diperanakkan, dan tidak ada seorangpun yang setara dengan Dia."

15. Surat Al-Falaq.....

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ (١)مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ (٢)وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ (٣) وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ (٤)وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ (٥)

"Katakanlah: "Aku berlindung kepada Tuhan yang menguasai subuh, dari kejahatan makhluk-Nya, dan dari kejahatan malam apabila telah gelap gulita, dan dari kejahatan wanita-wanita tukang sihir yang menghembus pada buhul-buhul, dan dari kejahatan pendengki bila ia dengki."

16. Surat An-Naas.....

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (١)مَلِكِ النَّاسِ (٢)إِلَهِ النَّاسِ (٣)مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ (٤)الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ (٥)

"Katakanlah: "Aku berlidung kepada Tuhan (yang memelihara dan menguasai) manusia. raja manusia. sembahan manusia. dari kejahatan (bisikan) syaitan yang biasa bersembunyi, yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia, dari (golongan) jin dan manusia."

Dan surat/ayat lainnya yang ada di dalam al-Quran juga dapat dibacakan sebagai doa-doa ruqyah oleh seorang mukmin untuk dirinya sendiri, anaknya, keluarganya dan mereka (pasien) yang memang perlu untuk diruqyah. InsyaAllah dengan mengikuti panduan di atas anda akan dapat menjalani hidup sehat dan dapat membantu mereka yang kurang beruntung dari anda. **Ingat**, ruqyah yang dilakukan dengan benar sangat bermanfaat bagi pikiran, tubuh, hati dan jiwa anda. Melakukan ruqyah di luar pedoman dari Nabi Muhammad saw dapat mengarahkan anda pada sejenis sihir atau syirik. InsyaAllah, Dia akan selalu membimbing anda ke jalan yang benar dan lurus serta melindungi anda dari kekuatan jahat dan juga memaafkan setiap kesalahan yang mungkin telah anda perbuat dalam hidup ini, Amiin!.

n. Pelaksanaan Ruqyah Dengan Media Lainnya

1. Menumbuk 7 (tujuh) lembar daun bidara (bahasa Arab: *Sidr*) hijau di antara dua buah batu atau sejenisnya (bisa juga diblender), kemudian tumbukan daun tersebut dicampurkan ke dalam air yang cukup untuk mandi yang telah dibacakan ke dalamnya ayat-ayat ruqyah. Boleh sebagian airnya diminumkan kepada yang sakit dan sisanya untuk memandikannya.
2. Apabila kesulitan untuk mendapatkan daun bidara, maka boleh-boleh saja segelas air dicampur madu atau jintan hitam (*habbatussauda*) atau minyak zaitun lalu dibacakan ayat-ayat ruqyah sebagaimana tersebut diatas kemudian diminumkan kepada si penderita sakit.
3. Ambilkan segelas air hujan, bacakan ayat-ayat ruqyah ke dalamnya lalu minumkan sebagian dan sisanya untuk memandikan si penderita sakit. Sambil memandikan yang sakit maka tiupkan sesekali, dua kali atau lebih, tiupan ringan (ataupun tiupan keras) setelah selesai membaca satu bagian surat Al-Quran ke kanan-kiri telinga pasien.
4. Ada juga yang menggunakan 7 lembar daun sidr (bidara/ jawa: *witdara*) dicampur dengan "40/70/99 lembar daun *gandarusa"* kemudian diblender hasilnya disaring di dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

gelas dan dibacakan ayat-ayat ruqyah sebagian diminumkan dan sisanya di letakkan dalam satu bak mandi/ember untuk mandi. Pasien dimandikan di dalam *midho'ah* (tempat wudhu bukan dalam kamar mandi) yang didampingi mahramnya.

5. Bisa juga diterapi dengan mandi air hujan sambil dibacakan doa ruqyah dan berdiri langsung di atas tanah, karena air hujan ini adalah rahmat yang datang dari-Nya, maka mintalah kesembuhan dari Allah swt dengan media air hujan ini.
6. Pelaksanaan terapi ruqyah hanya dilakukan di tempat-tempat yang suci (masjid, musholla, rumah, klinik, **bukan** di kuburan, tempat sampah/kotor, kamar mandi maupun wc)

o. Pasca Pengobatan

1. Si pasien hendaknya menjaga shalat fardhu lima waktu dengan berjamaah.
2. Si pasien senantiasa berdzikir kepada Allah swt di manapun berada kecuali di kamar mandi dan tempat sampah.
3. Si pasien beberapa hari atau minggu setelah pengobatan kembali lagi pada terapis untuk dibacakan ayat-ayat Al Qur'an kembali.
4. Si pasien hendaknya selalu membaca basmalah setiap saat dan kesempatan.
5. Si pasien harus aktif membaca Al-Quran atau mendengarkannya.

Berdasarkan uraian di atas jelaslah bahwa terapi ruqyah tidak hanya digunakan untuk terapi gangguan jin sebagaimana difahami orang, tetapi dapat juga digunakan untuk penyembuhan sakit fisik maupun psikis. Secara medis terapi ruqyah dapat diterima keefektifannya dalam penyembuhan fisik maupun psikis. Terapi ruqyah yang digunakan untuk mengusir jin keefektifannya tergantung pada keadaan terapis, pasien, dan lingkungan dalam proses terapi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

p. Catatan Penting Seputar Ruqyah:

- Tidak boleh mempercayai hal-hal khurafat yang berkenaan dengan pelaku *'ain* seperti minum air kencingnya, atau pengaruh 'ain tidak akan bermanfaat jika ia mengetahuinya.
- Tidak boleh meletakkan jimat yang berupa kulit, gelang, kalung dan sebagainya. Pada sesuatu yang dikhawatirkan terkena 'ain. Nabi saw bersabda: *Siapa yang menggantungkan sesuatu sebagai jimat, maka ia akan tergantung kepadanya.* (HR. At-Tirmidzi). Apabila sesuatu yang digantungkan itu ayat-ayat dari Al-Quran, maka ada perbedaan pendapat di antara para ulama, dan lebih baik meninggalkannya.
- Tulisan yang berbunyi: (*Maa syaa Allah, BaarakAllah*), gambar pedang, atau pisau atau gambar mata, atau meletakkan Al-Quran dalam mobil atau menggantungkan beberapa tulisan ayat Al-Quran di dalam rumah, semua itu tidak dapat mencegah 'ain, bahkan mungkin saja termasuk dalam jenis jimat yang diharamkan.
- Orang yang sakit wajib meyakini terkabulnya doa, dan tidak menganggap bahwa kesembuhannya terlambat datang. Sekiranya dikatakan kepadanya bahwa untuk mencapai kesembuhan ia harus mengkonsumsi obat-obatan sepanjang hidupnya, ia tetap sabar, namun jika ia agak lama diruqyah ia mengeluh, padahal untuk setiap huruf yang dibacakan kepadanya ia mendapat satu kebaikan dan satu kebaikan itu dilipatgandakan menjadi sepuluh kali lipat. Ia juga harus berdoa, beristighfar dan memperbanyak sedekah; karena hal itu termasuk cara-cara untuk memperoleh kesembuhan.
- Membaca ruqyah secara berjamaah (bersama-sama) adalah menyalahi sunnah, dan pengaruhnya lemah. Begitu juga meruqyah hanya dengan menggunakan suara dari tape recorder; karena dengan cara itu tidak ada niatnya, sedangkan niat dari orang yang meruqyah merupakan syarat, meskipun mendengarnya adalah baik. Disunnahkan untuk melakukan ruqyah berkali-kali sampai sembuh, kecuali hal tersebut melelahkannya, maka ia menguranginya supaya tidak merasa bosan. Adapaun mengulang-ulang bacaan ayat dan doa dengan hitungan tertentu itu tidak benar kecuali ada dalilnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- Ada beberapa tanda atau indikasi bahwa seseorang yang meruqyah itu menggunakan sihir, bukan menggunakan Al-Quran. Jadi jangan sampai terperdaya oleh penampilannya yang berkedok keagamaan. Terkadang ia memulai meruqyah dengan membaca Al-Quran, namun tak lama kemudian ia merubah bacaan itu. Terkadang orang yang meruqyah dengan sihir itu terlihat rajin ke masjid sebagai upaya untuk merperdaya orang lain, atau terlihat di hadapan anda ia banyak membaca dzikir, maka jangan sampai anda terperdaya, waspadalah.....!!
- Beberapa tanda tukang sihir dan dukun:
  - ✓ Bertanya kepada si sakit tentang namanya atau nama ibunya beserta tanggal lahirnya (*wetonan*;jawa) ; padahal mengetahui atau tidak nama tersebut, sama sekali tidak berpengaruh apa-apa pada pengobatan
  - ✓ Meminta sesuatu kepada si sakit, seperti baju atau kaos. Terkadang meminta kepada si sakit binatang dengan ciri-ciri tertentu untuk disembelih dan dipersembahkan kepada jin, atau terkadang mengoleskan darah dari binatang sembelihan tersebut kepada si sakit
  - ✓ Penulisan dan bacaan mantera-mantera yang baik tidak bisa dipahami dan tidak mengandung makna
  - ✓ Memberikan kepada si sakit kertas yang berisi kotak-kotak di dalamnya tertulis huruf-huruf dan angka-angka yang disebut *hijab*
  - ✓ Menyuruh si sakit untuk mengasingkan diri beberapa waktu di dalam kamar yang gelap, hal ini dinamakan semedi
  - ✓ Menyuruh si sakit untuk tidak menyentuh air beberapa waktu tertentu
  - ✓ Memberikan sesuatu kepada si sakit untuk menguburkannya di dalam tanah
  - ✓ Memberikan kertas kepada si sakit untuk ia membakarnya dan menebarkan asapnya pada tubuhnya
  - ✓ Memberitahu kepada si sakit beberapa hal yang menyangkut pribadinya yang tidak diketahui oleh siapapun, atau namanya, atau tempat asalnya, atau penyakitnya sebelum ia berbicara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- ✓ Dapat mendeteksi keadaan si sakit saat ia masuk ke rumahnya, atau melalui telepon atau via pos.

❖ Menurut madzhab Ahli Sunnah bahwa jin bisa merasuki tubuh manusia, berdasarkan firman Allah swt dalam surat Al-Baqarah ayat 275:

الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا لا يَقُومُونَ إِلا كَمَا يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْمَسِّ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ قَالُوا إِنَّمَا الْبَيْعُ مِثْلُ الرِّبَا وَأَحَلَّ اللَّهُ الْبَيْعَ وَحَرَّمَ الرِّبَا فَمَنْ جَاءَهُ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّهِ فَانْتَهَى فَلَهُ مَا سَلَفَ وَأَمْرُهُ إِلَى اللَّهِ وَمَنْ عَادَ فَأُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ

Orang-orang yang Makan (mengambil) riba tidak dapat berdiri melainkan seperti berdirinya orang yang kemasukan setan lantaran (tekanan) penyakit gila. Ahli tafsir sepakat bahwa arti al mass di dalam ayat tersebut adalah gila karena pengaruh setan, yang menimpa manusia disebabkan gangguan jin.

❖ Sihir itu ada dan pengaruhnya telah diterangkan dalam Al-Quran maupun As-Sunnah/Al-Hadits. Hukumnya adalah haram serta merupakan dosa besar berdasarkan sabda Nabi saw: *"Jauhilah tujuh perkara yang membinasakan," para sahabat lantas bertanya: "wahai Rasulullah saw, apa saja tujuh perkara itu? "Nabi saw menjawab: "Menyekutukan Allah, sihir,....."* (HR. Muttafaq 'Alaih). Allah swt berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 102:

وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الآخِرَةِ مِنْ خَلاقٍ

Demi Allah Sesungguhnya mereka telah meyakini bahwa Barangsiapa yang menukarnya (kitab Allah) dengan sihir itu, Tiadalah baginya Keuntungan di akhirat.

Tujuan meruqyah adalah untuk mengeluarkan jin, menolong pasien, maka bukan suatu keharusan untuk melakukan dialog dengan jin. Indikasi ruqyah itu berpengaruh atau tidak, tidak selalu dilihat dari keberhasilan terjadinya dialog dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

jin yang di dalam tubuh pasien. Bisa jadi jin keluar atau melemah pengaruhnya tanpa proses dialog.

Meskipun demikian, tidak dipungkiri bahwa seringkali ruqyah itu menimbulkan reaksi dari jin. Kadang mengeluarkan suara dan berbicara, pasien meronta, mata terbelalak, menangis, ketawa terbahak-bahak, menyerupai prilaku binatang dan lain-lain. Dalam keadaan seperti, *mu'allij* (penerapis) mendakwahi jin, jika kafir agar masuk islam, kalau sudah islam agar tidak berlaku dzalim, lalu menyuruhnya keluar dan segera bertobat kepada Allah swt. Jika tidak mau, maka bacaan ruqyah dilakukan berulang-ulang disertai dengan pengobatan lainnya (bekam, pengobatan herbal, ruqyah dengan media air zam-zam, daun bidara, air hujan, dll), *wallahu khoirul musta'an.*

1. Kisah Manfaat Pengobatan Nabi saw

Sengaja kami cantumkan beberapa kisah nyata manfaat dari terapi pengobatan Rasulullah saw dengan cara berbekam, ruqyah syar'iyyah dan pengobatan herbal terhadap beberapa jenis penyakit fisik, rohani maupun psikis. Kisah ini ditulis oleh orang yang mengalami atau kerabat yang menyaksikan dan teman yang melihat peristiwa tersebut. Kami hanya menuliskan beberapa kisah saja secara singkat yang sebenarnya masih banyak lagi yang perlu dicantumkan karena keterbatasan tempat. Ada beberapa poin catatan penting yang menjadi perhatian sebelum membaca kisah-kisah di bawah ini adalah sebagai berikut:

a. Kami kemukakan beberapa contoh kisah nyata ini kepada para pembaca yang budiman agar bertambah imannya kepada warisan Rasulullah saw pedoman hidup umat islam kitab suci Al-Quran Al-Karim yang pengaruhnya tetap bisa dirasakan dari sejak zaman beliau saw hingga sekarang bahkan sampai datangnya kiamat dalam pengobatan berbagai macam jenis penyakit sebagaimana firman Allah swt: *"Dan Kami turunkan Al-Quran menjadi obat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zhalim selain kerugian".* Maka berbaik sangka kepada Allah 'Azza wa Jalla yang perlu ditanamkan sedalam-dalamnya atas penderitaan berbagai macam jenis penyakit yang dialami agar limpahan rahmat, berkah dan kesembuhan hanya datang dari-Nya bukan dari seorang kyai, dokter/thabib ataupun dukun.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Ketahuilah bahwa segala macam penyakit yang ada itu akibat ulah manusia sendiri, maka segeralah bertobat dan minta ampunan kepada Allah swt maupun meminta maaf kepada orang lain dan kesembuhan hanya datang dari-Nya dengan cara yang syar'i.
c. Bukannya kami mengesampingkan pengobatan dokter-dokter rumah sakit dengan obat-obatan farmasinya, kalau memang anjuran Rasulullah saw dengan bekam, ruqyah syar'iyah dan pengobatan herbal sudah bisa menyehatkan kenapa harus berkunjung kepada mereka terlebih dahulu.
d. Kalaupun seseorang terapi dengan bekam, ruqyah syar'iyyah dan pengobatan herbal telah dilakukan beberapa kali (kedua atau kesepuluh atau keseratus kalinya) namun belum memberikan kesembuhan bukan berarti tidak ada manfaatnya karena penilaian ini keliru/salah kaprah. Hal itu karena kesembuhan datang dari Allah swt yang diturunkan pada waktu dan dengan perantara orang yang Dia inginkan, juga sebagai ujian orang tersebut karena Ia mencintai hambanya yang dapat menghapus dosa-dosanya dan mendapatkan pahala serta menuntunnya ke jalan surga kalau dilakukan dengan keikhlasan dan kesabaran terus berikhtiar dengan cara yang syar'i sesuai tuntunan Nabi saw. Bukan sesuatu yang haram dan menyesatkan serta mendangkalkan aqidah.
e. Bagi tiap muslim dan muslimah yang ingin mengobati dirinya sendiri dan orang lain hendaknya selalu meningkatkan ketaqwaannya kepada Allah swt, semakin taqwa orang tersebut semakin mudah Allah swt membantunya dalam proses penyembuhan penyakit.

Semoga dengan kisah-kisah berikut dapat menjadi cerminan bagi kita semua untuk melestarikan dan menghidupkan sunnah thibbiyah Rasulullah saw terlebih dahulu daripada yang lainnya.

Kisah (1)

Seorang murid salah satu sekolahan terkena sakit cacar yang telah menyebar ke seluruh badannya. Penyakit ini terjangkit hanya sekali dalam seumur hidup seseorang sesuai dengan penelitian dokter. Dan penyakit ini tergolong menular melalui sentuhan kulit, melalui udara pernafasan, peralatan yang dipakai pasien, sehingga pasien ini ditempatkan dalam ruangan khusus penderita cacar saja. Karena penyakitnya menular, teman-teman,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sanak famili yang ingin menjenguknyapun berhati-hati sekali, ketakutan kalau ia akan terjangkit penyakit tersebut. Berbagai macam obat sudah ia minum dan vaksin cacarpun sudah masuk ke dalam tubuhnya, akan tetapi belum juga ada kesembuhan.

Suatu ketika datanglah seorang ahli pengobatan herbal untuk menjenguknya. Dia menasehati pasien tersebut bahwa penyakitnya tidak menular, yang menyebabkan menular adalah orang yang memberikan sugesti jelek & akhirnya khawatir berlebihan serta ketakutan, maka Allah swt mengizinkan penyakit tersebut menular kepada orang lain. Lalu seorang ahli tersebut membuktikannya dengan memegang bagian tubuh anak tersebut yang cacarnya sudah bernanah kemudian diusapkan bekasnya dengan kedua telapak tangannya ke tubuh seorang ahli pengobatan herbal itu. Karena dia berprasangka baik kepada Allah swt dan tidak ada keraguan sama sekali bahwa penyakit itu akan menular ke tubuhnya. Dengan izin Allah swt, penyakit cacar tersebut tidak menular pada tubuh seorang ahli pengobatan herbal itu, lantas kemudian ia meruqyahnya dan memberikan obat herbal. Alhamdulillah dengan pertolongan-Nya, anak tersebut lebih cepat sembuh daripada temannya yang sama terjangkit cacar juga.

Kisah (2)

Suatu hari murid-murid di salah satu sekolahan pesantren terjangkit wabah sakit mata. Kurang lebih ada dua ratus lima puluh anak yang tidak bisa mengikuti belajar mengajar di kelas dan harus dikarantina di sebuah ruangan kelas khusus menampung mereka. Sakit matapun tergolong penyakit yang menular, bisa melalui pandangan mata ke mata, melalui udara.

Suatu hari datanglah seorang ahli pengobatan herbal menjenguk mereka untuk mengobati. Kurang lebih ada sepuluh anak yang ingin diterapi dengan bekam dan obat tetes mata dengan menggunakan madu. Dengan izin Allah swt, dalam jangka dua puluh empat jam, mereka sembuh total dan dapat mengikuti pelajaran di kelas sebagaimana sebelumnya. Padahal thabib tersebut dikelilingi oleh penderita sakit mata dan diapun tidak tertular olehnya.

Namun suatu hari thabib tersebut ingin membuktikan, bahwa dengan berburuk sangka akan mengakibatkan penyakit

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

itu menular. Maka dipanggillah sepuluh murid tersebut untuk dinasehati. Ketika ia asyik menasehati mereka, terbersit kekhawatiran di hatinya bahwa penyakit tersebut akan menular kepadanya. Setelah percakapan mereka selesai, thabib tersebut merasakan matanya gatal dan sangat pedih dan mata memerah. Kemudian ia banyak-banyak berdzikir kepada Allah swt dan berdoa agar cepat disembuhkan dan segera bertobat atas kesalahannya serta diberikan tetesan madu. Alhamdulillah seketika itu juga sakitnya reda dan penglihatannya normal kembali seperti semula.

Kisah (3)

Seorang wali murid yang mengeluh dengan kedua anaknya yang belajar di sebuah sekolahan pesantren. Anak pertamanya sering marah-marah tanpa sebab hingga mengancam untuk membunuh dirinya sendiri. Anak keduanya terjangkit penyakit yang mana sulit dideteksi oleh peralatan canggih kedokteran dan komplikasi pada organ tubuh lainnya.

Kemudian mereka mendatangi thabib ahli pengobatan ala Nabi. Ketika ditanya oleh thabib, ternyata wali murid tersebut pernah belajar ilmu kanuragan dan memiliki beberapa amalan/ wiridan yang tidak syar'i serta memiliki berbagai macam jimat sehingga ia dapat menjinakkan hewan-hewan buas seperti; singa, ular, harimau, dll. Akhirnya ia disuruh untuk memusnahkannya dengan membakar dan membuangnya ke sungai, kemudian diterapi bekam dan ruqyah syar'iyah disertai dengan konsumsi jintan hitam dan madu. Dengan izin Allah swt semua keluarganya dapat hidup tentram kembali dan sehat wal 'afiyat.

Kisah (4)

Seorang pemuda berumur dua puluhan tahun yang gemar dan hobi merokok. Kapanpun dan dimanapun ia pasti akan merokok. Setiap hari hampir menghabiskan dua sampai tiga bungkus rokok. Dan merokok yang paling nikmat ialah ia lakukan di kamar mandi ketika buang hajat. Suatu hari, ia mendengarkan sebuah bisikan di dalam kamar mandi itu untuk merampas harta orang tuanya yang berada di lemari kamar mereka, kemudian ia lakukan perintah itu. Hari berikutnya, ia dibisiki lagi untuk menjual aset perusahaan milik orang tunya tanpa sepengetahuan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mereka, kemudian ia lakukan perintah tersebut. Hari berikutnya, ia dibisiki lagi agar membakar rumahnya, kemudan ia lakukan perintah tersebut. Ternyata perbuatan ini diketahui oleh orang tuanya sendiri bahwa yang melakukan adalah anak kandung mereka. Terkejut karena perubahan sikap dan mentalnya semakin parah. Hingga suatu hari ia dibisiki lagi agar membunuh kedua orang tuanya. Bisikan terakhir ini tidak sampai terjadi.

Merasa ada yang tidak beres pada anaknya, orang tuanya memanggil ulama yang bisa meruqyah syar'iyyah & ahli pengobatan bekam beserta herbal. Kemudian diruqyahlah pemuda tersebut beberapa kali yang dikolaborasikan dengan terapi bekam di titik ummu mughits (ubun-ubun kepala) dan titik-titik persendian lainnya beserta diberikan obat herbal (sidr, habbah sauda, madu, dll). Terapi ini hampir dilakukan selama sebulan berturut-turut, dengan izin Allah swt, pemuda tersebut kembali normal seperti semula dan dijauhkan dari kebiasaan merokok.

Kisah (5)

Seorang laki-laki berumur lima belas tahun tiba-tiba kakinya lumpuh tidak bisa digerakkan sama sekali. Kebetulan ia merasakan sakit ketika hendak mengerjakan sholat ashar berjama'ah & ditempat itu ada seorang thabib juga yang sedang mendirikan sholat juga.

Setelah sholat ashar selesai, ia menerapi laki-laki tersebut dengan bacaan doa-doa dari ayat al-quran dan hadits-hadits Nabi saw disertai dengan pengobatan ramuan herbal. Alhamdulillah dengan izin Allah swt, anak tersebut bisa normal kembali bahkan seperti tidak pernah sakit lumpuh sebelumnya.

Kisah (6)

Seorang laki-laki berumur lima puluh tahun tiba-tiba bagian kanan tubuhnya mengalami stroke hingga sulit berbicara dan hanya bisa berbaring. Sudah berobat ke beberapa dokter, namun belum juga ada kesembuhan, justru semakin komplikasi pada organ tubuh lainnya.

Maka pihak keluarganya memutuskan untuk memanggil seorang thabib herbal. Kemudian dia menerapinya dengan bekam terlebih dahulu, lalu diteruskan dengan ruqyah syar'iyah. Setelah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

beberapa jam proses pengobatan dilakukan. Subhaanalloh, inilah kekuasaan Allah swt dengan izin-Nya, orang tersebut bisa berdiri dengan sempurna dan perlahan ia bisa berbicara.

Kisah (7)

Seorang laki-laki terserang influenza selama kurang lebih dua puluh lima tahun dan telah berusaha berobat semaksimal mungkin. Ia sudah berobat ke beberapa dokter spesialis dan hampir puluhan juta yang telah ia keluarkan demi penyembuhan penyakitnya. Namun usaha tersebut belum membuahkan hasil.

Suatu hari ia mengikuti penyuluhan tentang pengobatan Nabi; bekam, ruqyah syar'iyyah dan pengobatan herbal. Ketika si pemateri menawarkan kepada hadirin yang ingin diterapi. Maka seorang laki-laki tersebut mengajukan dirinya untuk diterapi. Alhamdulillah setelah dibacakan doa-doa ayat al quran dan dibekam, penyakitnya hilang seketika atas izin Allah swt.

Kisah (8)

Ketika seorang thabib herbal mengadakan penyuluhan tentang pengobatan ala Rasulullah saw. Salah seorang laki-laki berumur enam puluh lima tahun ingin mencoba khasiat terapi tersebut. Ketika ditanya ia ingin sekali mengurangi kecanduan kebiasaan merokok dan menderita penyakit paru-paru kronis serta denyut jantung berdebar-debar kencang tidak stabil. Kemudian thabib tersebut membekamnya di beberapa titik wajib bekam. Setelah selesai, pak tua tadi mengeluh pusing. Kemudian dilanjutkan oleh thabib dengan terapi ruqyah syar'iyyah. Walhasil, ia berteriak meronta-ronta kesakitan dan mengeluh kepada saudaranya yang telah meninggal dunia pada dua minggu yang lalu.

Pasca meruqyah, turunlah hujan deras. Terapi tersebut terus dilanjutkan dengan menggunakan terapi air hujan yang disertai dengan bacaan doa-doa ruqyah. Seketika itu juga, pak tua tadi sifatnya berubah menjadi pendekar pencak silat yang mengeluarkan semua jurus-jurus saktinya, seolah ingin menyerang kepada thabib tersebut, tapi ia tak mampu. Setelah diterapi dengan ruqyah dan disertai dengan air hujan dan diminumkan habbah sauda, alhamdulillah kondisi pak tua tadi semakin membaik atas izin Allah swt dan mulai sejak peristiwa tadi ia sudah berniat dengan keras untuk meninggalkan kebiasaan merokoknya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kisah (9)

Seorang anak laki-laki berumur enam belas tahun menderita sakit lambung semenjak ia masuk ke sebuah sekolah pesantren. Usaha berobat ke dokter telah ia lakukan bahkan mereka sulit mendiaknosis jenis penyakitnya, karena hasil laboratorium menyatakan negatif/tidak ada penyakit sama sekali yang ia derita. Akan tetapi anak tersebut merasakan kesakitan yang luar biasa apabila hendak melakukan sholat dan mengaji al quran. Kemudia ia temui seorang ustadz ahli dalam pengobatan Nabi saw. Lalu ia diterapi bekam setiap minggu dan terapi dengan bacaan doa-doa dari ayat quran dan hadits setiap hari dan disentuhkan pada daerah yang sakit. Juga dianjurkan untuk mengkonsumsi obat-obatan herbal rutin tiap hari dan menghindarkan dari makanan dan minuman berbahan pengawet serta obat-obatan farmasi. Alhamdulillah dengan izin Allah swt, hari demi hari penyakitnya berangsur membaik.

Kisah (10)

Seorang pemuda yang sudah berumur tiga puluh dua tahun belum menikah. Singkat kisahnya, ia ternyata punya kelainan. Ia kurang tertarik dengan lawan jenis namun sebaliknya. Di tempat ia bekerja sebagai montir di salah satu bengkel otomotif, ia juga sering dilecehkan oleh temannya. Karena ia merasa risih terus diganggu dan alhamdulillah mendapatkan hidayah dari Allah swt untuk menemui seorang thabib ahli ruqyah syar'iyyah. Kemudian ia diterapi hingga tiga kali serta dilakukan pembekaman di daerah ummu mughits dan beberapa titik wajib bekam lainnya serta konsumsi obat herbal. Dengan izin Allah swt, semenjak itu ia mulai bisa tertarik kepada lawan jenisnya dan menikah sesuai syariat Nabi Muhammad saw.

Kisah (11)

Seorang gadis berumur dua puluh empat tahun terkena sihir/'ain hasad oleh kekasihnya karena cintanya ditolak dan menerima lelaki lain yang lebih sholeh. Akibatnya, wajah berubah menjadi buruk dan memerah dipenuhi jerawat agar lelaki tersebut enggan akan menikahinya. Ia telah berobat kemana-mana namun tak kunjung sembuh. Kemudian ia menemui seorang ahli ruqyah syar'iyah, lantas ia diterapi dan mengkonsumsi obat herbal. Atas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

izin Allah swt, wajahnya semakin hari semakin bersih dari jerawat dan tampak cantik seperti semula.

Kisah (12)

Seorang alim ulama berumur lima puluh tahun menderita sakit gatal-gatal di punggungnya yang telah berumur dua puluh delapan tahun. Ia sudah berobat ke berbagai macam dokter spesialis kulit dan konsumsi obat-obatan farmasi, namun belum ada kesembuhan. Mugkin ini adalah sebuah ujian dan cobaan dari Allah swt sebagaimana ujian yang telah Ia berikan kepada para rasul-rasul-Nya terdahulu demi menyebarkan amanat risalah kenabian di muka bumi ini untuk mencapai ridha-Nya.

Adalah keliru orang yang beranggapan, bahwa hamba Allah yang shalih paling jauh dari cobaan, akan tetapi *cobaan merupakan tanda keimanan.* Nabi saw pernah ditanya: "Siapakah dari golongan manusia yang paling berat cobaannya? Nabi saw menjawab: *Para Nabi, kemudian orang shalih, kemudian orang yang terbaik terus orang yang terbaik daripada manusia. Seseorang diberi cobaan sesuai dengan agamanya, jika agamanya kuat, maka cobaannya pun akan lebih berat, dan jika agamanya lemah, maka akan diringankan cobaannya"* (HR. Ibnu Majah).

Cobaan adalah salah satu tanda kecintaan Allah swt kepada hamba-Nya. Rasulullah saw bersabda: *sesungguhnya jika Allah mencintai suatu kaum, maka Dia akan memberikan cobaan kepada mereka.*(HR. Ahmad). Cobaan merupakan salah satu tanda keinginan Allah akan kebaikan bagi hamba-Nya. Rasulullah saw bersabda: *Jika Allah menginginkan kebaikan bagi hamba-Nya, maka Allah akan mempercepat hukuman baginya sewaktu di dunia. Dan jika Allah menginginkan keburukan bagi hamba-Nya, maka Allah akan menangguhkan hukuman atas dosa-dosanya, hingga ia akan mendapatkan balasannya pada hari kiamat nanti.* (HR. At-Tirmidzi).

Suatu hari ia memanggil thabib ahli pengobatan Nabi saw. Lalu ia diterapi dengan bekam, ruqyah syar'iyyah serta konsumsi obat herbal beberapa kali. Alhamdulillah atas izin Allah swt, gatal-gatalnya berangsur sedikit demi sedikit membaik.

Kisah (13)

Seorang gadis sholihah yang gemar berdakwah tiba-tiba terjangkit penyakit kista yang berukuran lima cm. Dengan kondisi seperti ini ia tak gentar untuk terus berdakwah, namun di sisi lain ia

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merasakan kesakitan yang begitu hebat di perutnya dan tubuhnya mudah lelah. Akhirnya ia berusaha berobat ke beberapa dokter spesialis penyakit tersebut. Hingga bertahun-tahun ia lakukan namun kesembuhan belum kunjung tiba.

Suatu hari, ada kerabatnya yang menyarankan agar diterapi ruqyah syar'iyyah saja dengan seorang alim ulama yang ahli dalam bidang tersebut. Ketika dipanggil penerapi tersebut, ia menyarankan untuk segera menikah, karena demikian akan menyembuhkan dengan sendirinya baru kemudian dikolaborasikan dengan pengobatan herbal. Awalnya ia menolak, mustahil dengan penyakit seperti ini justru disuruh menikah lebih cepat. Dengan keputusan keluarganya, akhirnya ia menuju ke pelaminan. Setelah beberapa hari dari pernikahan tadi. Ia dan suaminya ingin mengecek kondisinya melalui laboratorium. Alhamdulillah dengan izin Allah swt, kistanya semakin mengecil menjadi dua cm. Kemudian penerapi itu melanjutkan dengan pengobatan herbal yaitu dengan bacaan doa-doa dari ayat al-quran dan hadits ma'tsur disertai dengan konsumsi obat herbal. Setelah konsumsi diterapi selama lima kali, subhanallah, kistanya sudah hilang dan tiada bekas, & bisa beraktifitas seperti sedia kala serta dikaruniai anak keturunan yang sehat wal 'afiyat.

Kisah (14)

Seorang pemuda sholih, energik, lincah, penuh semangat dan hobi berolah raga yang berumur dua puluh tahun bermain sepak bola dengan teman-temannya. Saat ia menggocek bola, kakinya di tackling oleh temannya akhirnya ia tak mampu lagi melanjutkan permainannya. Dari peristiwa tersebut kakinya menjadi memar, bengkak dan pegal linu.

Ia teringat dengan sebuah hadits, kalau di bagian tubuh ada yang sakit, agar kedua telapak tangannya di letakkan pada bagian tubuh yang terasa sakit kemudian memijat-mijatnya dan membaca *Bismillah* tiga kali serta membaca doa berikut sebanyak tujuh kali:

أَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللهِ وَ قُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَ أُحَاذِرُ

"Aku berlindung dengan kemuliaan dan kekuasaan Allah dari keburukan apa yang kudapati dan kukhawatirkan akan terjadi." (HR. Muslim)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

اللّٰهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَأْسَ وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

"Ya Allah, hilangkanlah penyakit Wahai Rabbnya manusia, sembuhkanlah ia (yang sakit), Engkau adalah Dzat Yang Maha Menyembuhkan, tidak ada kesembuhan kecuali dari-Mu, dengan kesembuhan yang tidak meninggalkan penyakit." (HR. Muslim)

Dengan keyakinan yang kuat bahwa hanya Allah swt – lah yang akan menyembuhkannya. Subhanallah dengan izin-Nya, rasa sakit dan pegal linu seketika itu juga hilang, kemudian ia lanjutkan dengan membekam dirinya sendiri, dan ternyata bagian yang memar tadi seolah pembuluh darahnya tersumbat sehingga peredaraan darahnya tidak lancar. Setelah ia lakukan pembekaman dengan mengeluarkan darah kotor yang berwarna hitam kemerahan, kaki yang semula terasa berat, sekarang semakin menjadi lebih ringan dan memarnya hilang dalam jangka dua puluh empat jam sehingga peredaran darahnya kembali normal.

Doa dari hadits ma'tsur tersebut dapat digunakan untuk berbagai macam penyakit fisik, rohani maupun psikis lainnya tergantung ketaqwaan pembacanya. Semakin ia berprasangka baik kepada Allah swt, maka Ia lebih cepat mengbulkan permintannya, kalaupun belum terjadi kesembuhan harus tetap bersabar dan selalu berikhtiar serta mengharapkan ridho-Nya dan pahala-Nya.

Kisah (15)

Seorang ustadz dan menjadi kakak pembina kursus mahir tingkat lanjutan (KML) pada salah satu sekolahan pesantren mendapatkan beberapa peserta kegiatan pramuka tersebut terkapar di tenda-tenda. Dikiranya mereka membolos kegiatan tersebut, akhirnya ia kumpulkan beberapa peserta tersebut di dalam ruang kesehatan dan diadakan diagnosis satu persatu. Ada yang sakit karena kelelahan, demam, sakit gigi dan pusing migrain.

Satu persatu dari peserta tersebut diterapi dengan membacakannya doa-doa ayat al-quran dan hadits ma'tsur dengan dilakukan pembekaman di beberapa titik wajib dan yang terasa sakit serta diberikan pengobatan herbal dengan menggunakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

madu dan jintan hitam. Alhamdulillah dengan izin Allah swt, peserta tersebut cepat sembuh dari penyakitnya dan bisa mengikuti seluruh kegiatan kepramukaan seperti semula.

Kisah (16)

Seorang laki-laki berumur lima puluh tujuh tahun tiba-tiba gusinya berdarah ketika ia terbangun pada pukul dua malam. Ia merasa karena pekan lalu pernah terjatuh dari motornya akibat disrempet orang dan gigi seri bagian atas dan bawah masuk ke dalam gusi. Waktu itu memang pendarahan tidak terlalu banyak. Akan tetapi pasca jatuh, ia merasakan bau mulutnya tidak sedap kemungkinan ada darah kotor akibat kecelakaan tersebut yang belum bisa keluar dengan sempurna.

Karena takut akan terjadi apa-apa, keluarganya memeriksakan ke rumah sakit daerah terdekat dan disarankan untuk dirawat inap. Hingga pagi pukul tujuhpun darahnya belum juga berhenti. Dokter melakukan pemeriksaan total; rontgent dan laboratorium. Dari hasil pemeriksaan tersebut tidak ada kelainan yang akan membahayakan kesehatannya bahkan dokter melakukan rontgent kedua kalinya karena heran tidak ditemukan kelainan dari tubuhnya. Seolah normal tetapi pendarahan terus mengalir dari gusi atasnya. Hingga pukul dua siang pendarahan belum juga berhenti. Padahal obat-obat farmasi dari rumah sakit tersebut ia telah ia minum dan disuntikkan ke dalam tubuhnya.

Putra keduanya datang menjenguk ayahnya yang sedang berbaring di rumah sakit tersebut. Kemudian ia menerapinya dengan membacakan doa ayat-ayat al-quran dan hadits ma'tsur yang dikolaborasikan dengan pemijatan akupresure di beberapa titik meridian istimewa dan pada bagian wajah disertai dengan pengobatan herbal. Tidak lupa, putranya juga mendirikan sholat hajat dan sholat tobat untuk mendoakan ayahnya. Subhanalloh dan dengan izin-Nya, pendarahan berhenti total tepat pada pukul 16.00 wib setelah kurang lebih empat belas jam pendarahan. Dokterpun keheranan dengan perkembangannya yang begitu cepat, akhirnya ia keluar dari rawat inap rumah sakit tersebut hanya sehari semalam saja dan bisa beraktifitas seperti semula.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB Empat IV | Ramuan Herbal Alami Sekitar Kita

Madu

Kebiasaan orang-orang zaman dahulu mengandalkan konsumsi madu sebagai pemanis utama mereka tiap hari yang justru lebih menyehatkan dan sangat jarang terserang penyakit. Bukannya gula pasir yang ditemukan pada zaman modern yang telah melalui proses-proses campuran zat kimiawi yang membahayakan. Bersamaan dengan perkembangan teknologi dari gula pasir inilah yang menimbulkan masalah negatif bagi kesehatan yang terlalu banyak mengonsumsi gula pasir putih halus, waspadalah...!.

Ilmuwan dewasa ini menerima madu sebagai obat (yang sangat efektif) bagi berbagai macam penyakit. Madu dapat digunakan tanpa efek samping apapun. Ilmuwan masa kini telah membuktikan bahwa *walaupun madu manis jika dikonsumsi dalam dosis tepat sebagai obat, tidak akan membahayakan pasien dengan riwayat diabetes, justru madu lebih tepat sebagai pengganti gula bagi penderita diabetes bahkan dapat menyehatkannya.*

Madu merupakan suatu zat makanan dengan rasa yang sangat enak, minuman yang menyegarkan dan pemanis yang sangat baik untuk dikonsumsi bersama-sama teh, selai roti, dan lain-lain karena mengandung obat dan gizi yang luar biasa bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Madu dapat menghilangkan zat berbahaya yang telah menumpuk dalam darah dan usus, bisa digunakan sebagai obat salep, menjaga stamina bagi manula, meningkatkan sistem imun/kekebalan tubuh & mampu melawan penyakit, menghilangkan dahak, batuk & pilek, melunakkan buang air besar ketika diminum secara teratur, membersihkan hati & membantu produksi urin, dicampur dengan air hangat setengah jam sebelum tidur akan membantu tidur anda lebih nyaman, bisa digunakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai obat tetes mata, mengatasi rambut rontok bahkan dapat membunuh kutu beserta telurnya, bisa digunakan sebagai obat campuran minuman ayam ternak, hasilnya lebih sehat daripada ayam normal lainnya, lebih sedikit lemak, lebih gurih rasanya dan dalam banyak kasus, ayam-ayam tersebut lebih cepat sembuh dari influenza (flu burung), campuran madu dan bubuk kayu manis dijadikan pasta untuk dikonsumsi tiap sarapan pagi hari sebagai selai roti dapat mengurangi kadar kolesterol dalam arteri dan pembuluh vena serta merevitalisasi keduanya dan menghindarkan seseorang dari serangan jantung, apabila ada yang sudah terserang jantung, sebaiknya mengikuti saran ini setiap hari, serta madu merupakan bahan pengawet yang sangat baik bagi buah-buahan, daging yang tetap segar walaupun sudah berbulan-bulan lamanya. Bahkan mayat yang dilumeri dengan madu dapat disimpan lebih lama, seperti yang telah dilakukan oleh orang-orang mesir kuno & madu merekapun tetap segar walau sudah berumur ribuan tahun yang ditemukan dalam makam-makam mereka.

Jinten Hitam (*Habbatussauda/Nigella Sativa*)

Biji jintan hitam merupakan jamu tradisional yang telah digunakan selama ribuan tahun oleh orang-orang yang tinggal di Timur Tengah dan beberapa bagian Asia serta Afrika untuk meningkatkan kesehatan dan melawan penyakit. Tumbuhan ini juga sering disebut sebagai "*Blassed Seed*/Biji yang diberkahi".

Kandungannya antara lain: kaya asam lemak tak jenuh dan mengandung minyak sekitar 35%, 21% protein, dan karbohidrat 38%. Lebih dari 50% minyak adalah asam lemak esensial. Asam linoleat dan asam gamma linoleatnya membantu membentuk *prostaglandin E1,* yang membantu tubuh untuk menghambat infeksi, menyeimbangkan sistem kekebalan tubuh dan mengatur reaksi alergi. Asam linoleat gamma juga membantu menstabilkan membran sel. Jintan hitam juga mengandung sekitar 0,5-1,5% minyak atsiri termasuk *Nigellone* dan *thymochinon* yang menyebabkan khasiat anti-histamin, anti oksidan, anti infeksi, (mampu bertindak melawan infeksi), juga termasuk mengandung kalsium, kalium, besi, seng, magnesium, selenium, vitamin A,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Vitamin B, Vitamin B2, niasin dan vitamin C. Dosis: Minumlah secara teratur 2 x sehari @ 1 sendok makan atau 10 mg dengan air hangat 1 gelas (220 ml).

Khasiat & kegunaan: Menguatkan sistem kekebalan tubuh, Meningkatkan vitalitas, daya ingat, konsentrasi, dan kewaspadaan, Menurunkan stress, depresi Stroke, mengatasi gangguan tidur, keputihan, tumor, kanker, meningkatkan bioaktivitas hormon, menetralkan racun dalam tubuh, memperbaiki saluran pencernaan dan anti bakteri, melancarkan air susu ibu, tambahan nutrisi ibu hamil dan balita, meremajakan sel-sel kulit dan menunda proses penuaan, nutrisi bagi lansia dan *food suplement,* Asma & infeksi saluran pernafasan, sakit punggung & rematik, batuk & infeksi tenggorokan, menurunkan kadar gula (diabetes), dan lain sebagainya.

Kurma

Kurma adalah suatu kebutuhan rumah tangga yang selalu harus ada dalam daftar belanja anda jika anda berencana pergi ke pasar. Karena kaya akan mineral dan vitamin diantaranya adalah kalsium, magnesium, besi, fosfor, kalium, sodium, seng, selenium, vitamin, A, B, B6, B12, E, niacin, thiamin, pantothenic acid, folic acid, folate, riboflavin. Gula alami yang terkandung dalam kurma jauh lebih sehat daripada gula pasir olahan. Buah ini sangat baik untuk menyembuhkan batuk, pilek, asma, radang tenggorokan, demam dan masalah hati. Serat dalam kurma sangat halus sehingga tidak akan mengiritasi perut. Kurma juga menyediakan tenaga ekstra bagi mereka yang biasa melakukan olahraga fisik dan kerja keras.

Manfaat kesehatan: tahnik bayi dengan kurma sebagai ganti dari vaksinasi/imunisasi, dapat membantu pencernaan dengan baik, membantu menjaga kadar gula darah bagi penderita diabetes, mengobati demam berdarah dengan meminum sari kurma setengah botol di pagi hari dan sore hari, baik dikonsumsi bagi penderita sakit jantung, mengobati maag, mempertahankan mata yang sehat sepanjang usia anda, memperkuat email pada gigi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

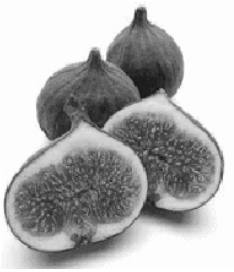
Buah Zaitun

Minyak zaitun adalah minyak sayur yang dapat dikonsumsi begitu adanya; segar diperas langsung dari buahnya. Efek yang menguntungkan secara medis dari minyak zaitun karena tingginya kadar asam lemak tak jenuh tunggal dan kadar zat antioksidannya. Ilmuwan telah menunjukkan bahwa minyak zaitun memberikan perlindungan dari penyakit jantung dengan mengontrol tingkat kolesterol yang jahat sementara itu meningkatkan kolesterol yang baik.

Khasiat dari minyak zaitun diantaranya adalah: memperlambat proses penuaan, membantu pertumbuhan pada anak-anak, efektif dalam hal menghindari kanker usus seperti halnya sayur dan buah-buahan segar, sebagai perawatan kecantikan kulit, sebagai obat oles antiseptik bekas luka-luka, membantu menstimulasi dan meringankan perut yang bermasalah, menyehatkan jantung, mengurangi kolesterol, menurunkan tekanan darah tinggi, mengurangi dan melindungi dari kanker payudara, menurunkan resiko kanker rahim hingga 26%, melindungi tubuh dari kanker kolon, kanker lambung dan mengurangi resiko tukak lambung dan mengandung lemak terbaik yang seharusnya dikonsumsi manusia seperti yang terdapat dalam ASI.

Ketika membeli minyak zaitun, pilihlah yang *extra virgin.* Ini adalah bentik minyak zaitun yang paling murni. Minyak zaitun *extra virgin* hanyalah merupakan sari buah yang diekstraksi secara mekanis dari buah zaitun. Tidak ada panas atau bahan kimia yang digunakan selama proses ekstraksi.

Buah Tin



Manfaat buah tin ini sangat banyak untuk kesehatan karena di dalamnya terkandung berbagai nutrisi dan gizi yang baik untuk kesehatan. Namun apakah anda pernah melihat buah ini di Indonesia? Buah tin ini sangat langka di Indonesia, bahkan hanya beberapa orang saja yang berusaha mengembangbiakkan buah ini. Oleh karena itu, buah ini sangat di minati banyak orang karena kaya akan manfaat.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Manfaat buah tin sangat banyak, dan diantaranya adalah sebagai berikut : Mampu membunuhbakteri merugikan di dalam tubuh, Membantu merangsang pembentukan hemoglobin darah yang cocok digunakan sebagai obat anemia, Mampu menurunkan kadar kolesterol karena rendah kalori dan bebas kolesterol, Mampu menurunkan berat badan tubuh anda, Mangendalikan nafsu makan, Menguatkan jantung, Membantu menormalkan pernafasan (bagi penderita sesak nafas), Mengobati sulit buang air besar, Menguatkan tulang, karena kaya akan kalsium, Membantu melawan sel-sel kanker yang berkembang biak di dalam tubuh kita.

Sebenarnya masih banyak lagi khasiat dan manfaat buah tin bagi kesehatan kita. Buah tin juga sering sekali diolah menjadi minuman hangat yang kaya akan manfaat seperti teh. Yang digunakan bukan buahnya, melainkan daun dari buah tin. Caranya juga sangat mudah, rebus daun buah tin yang sudah cukup tua. Tiriskan terlebih dahulu getah yang ada pada daun buah tin tersebut, kemudian cuci sampai bersih dan kemudian jemur di bawah sinar matahari penuh. Jemur kira-kira 3 jam dan kemudian cek apakah sudah kering dan bisa di remas dan hancur. Jika belum silahkan anda jemur kembali. Setelah kering ambil dan seduh menggunakan air panas dan sedikit gula.

Alpukat

Walaupun penuh dengan lemak, alpukat kaya akan vitamin A, C, E dan B kompleks. Biasanya digunakan untuk perawatan kulit dan memiliki khasiat sebagai anti bakteri dan anti jamur.

Khasiat penyembuhan; perawatan kulit kering, pengobatan jerawat, pasta alpukat dapat dijadikan *cream bath* yang membuat rambut lembut dan berkilau, perawatan luka bakar, memakan alpukat secara teratur akan mengurangi masalah pencernaan.

Daun alpukat dapat digunakan untuk merawat berbagai macama masalah seperti disentri (inflamasi gangguan usus), gusi, sakit kepala, peradangan, haid, masalah dengan mulut, saraf, gangguan perut, bengkak, sakit tenggorokan, kelelahan dan rematik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Apel

Membantu mengurangi kadar kolesterol dan resiko kanker. Apel sangat tinggi serat membantu menghindari sembelit dan menahan nafsu makan. Jus apel kadang-kadang dapat menimbulkan diare bagi anak-anak kecil.

Jika anda mengupas dan memotong-motong apel, biarkan di tempat terbuka untuk beberapa jam maka ia akan berubah warna menjadi coklat. Setelah apel berubah warna coklat, ia dapat menjadi penyembuh diare ringan. Ada banyak kebenaran pepatah lama, "*An apple a day keeps the Doctor's away*" (satu apel setiap hari, menjaga dokter tidak kemari).

Jambu Biji

Jambu biji sangat baik bagi sistem pencernaan anda. Buah ini memberikan tenaga dan kekuatan pada jantung, paru-paru dan seluruh tubuh. Buah ini dapat menambah hasrat seksual, memperbaiki sikulasi darah, menyembuhkan dan mengeringkan luka, dan juga merupakan antiseptik. Sebuah jambu sehari baik untuk pencernaan dan membuat BAB lancar. Makan buah ini dengan kulitnya! Kunyah dengan tuntas tanpa membuang bijinya untuk manfaat yang memuaskan. Sistem pencernaan anda akan bertambah kuat jika dikonsumsi secara teratur. Jambu biji adalah buah yang sangat kaya nutrisi. Jika dimakan dengan bijinya akan memberikan bahan kasar bagi pola makan anda. Buah ini memberikan daya tahan tubuh yang menyeluruh terhadap penyakit.

Khasiat penyembuhannya; daun jambu biji dapat digunakan sebagai obat diare ringan, kulit akarnya dapat menghentikan diare dan menguatkan perut, mengobati gatal-gatal, menjernihkan darah, membersihkan perut, pencernaan dan menghentikan gatal-gatal yang disebabkan terhambatnya proses BAB, memakan daun jambu biji yang segar atau berkumur dari bekas rebusan daun jambu biji, akan dapat mengurangi pembengkakan pada gusi sehingga menyembuhkan sakit gigi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Jeruk

Selama ini jeruk memang hanya dikenal memiliki vitamin C. Pada kenyataannya buah ini memiliki kandungan gizi esensial yang sangat baik bagi tubuh seperti karbohidrat, kalsium, potassium, folat, thiamin, vitamin B6, magnesium, fosfor, niacin, asam pantotenat, dll. Buah jeruk tidak memiliki kandungan lemak, klesterol serta sodium. Jeruk hanya mengandung karbohidrat dalam bentuk sederhana yang berupa glukosa, sukrosa dan fruktosa. Sehingga bagi ansa yang memiliki masalah dengan berat badan atau sedang menjalani diet, tidak perlu khawatir untuk mengonsumsi buah ini. Manfaat lain dari adalah membantu memperlambat proses pengosongan lambung, karena jeruk mengandung polisakarida non-pati yang serig kita kenal sebagai serat makanan. Dengan adanya hal tersebut, jeruk dapat mempertahankan rasa kenyang lebih lama. Selain itu juga dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah.

Untuk memenuhi kebutuhan serat makanan bagi tubuh, anda dapat mengonsumsi 1 buah jeruk perhari. Tiap buah jeruk ukuran sedang memiliki kandungan serat makanan sekitar 3 gram. Makan 2 hingga 4 jeruk setiap hari, membantu menjaga dari pilek, batuk, menurunkan kadar kolesterol, menjaga dan menghancurkan batu ginjal. Selain beberapa manfaat jeruk di atas, jeruk masih memiliki beberapa khasiat lain sebagai berikut: sari jeruk dapat membantu menyembuhkan demam, wasir yang mengakibatkan gangguan pendarahan, membantu mengurangi asam berlebihan dalam darah, memperlancar air seni, dll. Jeruk dapat digunakan untuk mengobati penyakit bronchitis, asma, masuk angin, dan gangguan pencernaan dengan membuat ramuan air jeruk manis, garam, madu dan sedikit lada. Kulit jeruk manis dapat membantu melembutkan kulit serta menghilangkan bintik hitam. Anda dapat membuat rebusan kulit jeruk manis dan meminumnya tiap hari satu gelas secara rutin hingga tiga bulan.

Mangga

Mangga menguatkan otot pada banyak bagian tubuh anda. Mangga juga menyediakan tambahan resistensi dalam membunuh kuman dan penyakit. Setiap bagian dari pohon mangga, akar, kulit kayu, bunga, buah mangga matang dan mentah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

serta bijinya, memiliki khasiat penyembuhan dan pengobatan. *Subhaanalloh!*

Khasiat penyembuhannya; minum jus mangga dengan susu segar langsung dari perasan sapi dapat mengurangi kelelahan, meningkatkan kekuatan dan energi tubuh, minum rebusan air dari akarnya dapat meningkatkan kekuatan seksual, membuat kulit indah dan berkilau, BAB lancar, bubuk daun mangga kering dapat mengobati batu ginjal dan empedu.

Semangka

Daging buah semangka rendah kalori dan mengandung air sebanyak 93,4%, protein 0,5%, karbohidrat 5,3%, lemak 0,1%, serat 0,2%, abu 0,5%, dan vitamin A, vitamin B, dan vitamin C. Selain itu, juga mengandung asam amino sitrullin ($C_6H_{13}N_3O_3$), asam aminoasetat, asam malat, asam fosfat, arginin, betain, likopen ($C_{40}H_{56}$), karoten, bromin, natrium, kalium, silvit, lisin, fruktosa, dekstrosa, dan sukrosa. Sitrulin dan arginin berperan dalam pembentukan urea di hati dari amonia dan CO_2 sehingga keluarnya urin meningkat. Kandungan kaliumnya cukup tinggi yang dapat membantu kerja jantung dan menormalkan tekanan darah. Likopen merupakan antioksidan yang lebih unggul dari vitamin C dan vitamin E. Biji kaya zat gizi dengan kandungan minyak berwarna kuning 20–45%, protein 30–40%, sitrullin, vitamin B12, dan enzim urease. Senyawa aktif kukurbositrin pada biji semangka dapat memacu kerja ginjal dan menjaga tekanan darah agar tetap normal.

Semangka juga mengandung *glutathione* dalam jumlah yang besar, yang akan meningkatkan sistem imun. Semangka merupakan sumber kunci *lycopene* yang merupakan oksidan pembunuh kanker. Keuntungan lain dengan memakan buah semangka adalah kandungan vitamin C dan kaliumnya. Ia juga bertindak sebagai buah penghilang dahaga yang paling nikmat.

Khasiat dan Manfaat Semangka, antara lain: Makanan diet; Selain buah yang segar, semangka juga bermanfaat bagi Anda yang sedang berdiet, Obat sariawan; Saat mengupas buah semangka, sebaiknya bagian hijau dekat kulitnya jangan dibuang, karena itu justru bagian terpenting yang harus Anda makan. Selain tentu saja

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

daging buahnya yang segar itu. Yang juga ampuh menyembuhkan sariawan, Mengatasi hipertensi dan anemia, Sebagai antioksidan, Viagra alami, Memperbaiki kualitas sperma, Menyehatkan jantung, Mengatasi gangguan buang air, membersihkan ginjal, Penurun demam, Semangka bisa dipakai untuk menurunkan demam, yaitu dengan memakan daging buah semangka segar sebanyak 500-1000 g. Sebaiknya dilakukan 2-3 kali sehari, Anti kanker; Membuat wajah cerah dan halus; Membantu meningkatkan daya ingat, Mengatasi rambut rontok, Mengobati kulit gatal karena racun, Mengobati jerawat, kudis, dan biang keringat, Obat busung lapar; Caranya yaitu biji semangka dijemur sampai kering, lalu digiling sampai menjadi serbuk. Ambil serbuk itu sebanyak satu sendok makan, lalu seduh dengan tiga perempat cangkir panas. Setelah hangat, tambahkan satu sendok makan madu. Aduk merata dan langsung diminum sekaligus. Lakukan dua kali sehari, Mengatasi pusing karena panas matahari; Disebut juga dengan heat stroke, yaitu rasa lemah, mual, sakit kepala akibat terlalu lama berada di bawah panas matahari. Dengan meminum jus semangka sebanyak 1-2 cangkir, dapat diulang 2-3 kali sehari, sampai badan terasa enak, Mengatasi kencing manis; caranya yaitu sebagai berikut: (a) Potong-potong kulit buah semangka (30 g) dan buah jambu biji yang masih mengkal (1 buah), lalu rebus dengan tiga gelas air sampai tersisa satu gelas dan minum setelah dingin. Lakukan setiap hari, sehari 2–3 kali. Atau (b) Rebus biji semangka (1 genggam) dengan satu liter air sampai mendidih (45 menit) dalam panci tertutup. Setelah dingin, minum seperti teh dan lakukan setiap hari.

Tomat

Tomat kaya akan vitamin. Vitamin A, vitamin B dan vitamin C yang terkandung pada tomat lebih tinggi daripada yang terkandung pada anggur dan jeruk, makan empat buah tomat masak setiap hari cukup untuk memenuhi seluruh kebutuhan tubuh akan vitamin.

Vitamin-vitamin yang berada pada tomat tidak akan hancur jika dipanaskan atau dimasak. Tomat juga kaya akan zat besi yang jumlahnya dua kali zat besi yang terkandung dalam telur. Tomat menstimulasi sirkulasi darah. Tomat memberi energi kekuatan pada otot jantung dan tulang-tulang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Khasiat pengobatannya; menguatkan gusi dan menghentikan perdarahan, meningkatkan kemampuan penglihatan dan mengurangi banyak masalah mata, menyembuhkan pecah-pecah pada bibir, lidah dan mulut, efektif dalam menghilangkan kulit kering dan menghentikan gatal-gatal, menyembuhkan permasalahan pencernaan dan meningkatkan nafsu makan, makan potongan tomat segar dan ditaburi garam batu serta bubuk lada hitam pada perut kosong, akan menghancurkan cacing perut, dengan minum satu gelas jus tomat dengan sedikit madu pada sarapan pagi akan menyediakan kekuatan fisik dan mental plus meningkatkan energi tubuh. Mengonsumsi sup tomat sebelum makan meningkatkan nafsu makan, mengurangi kelesuan dan menyediakan tenaga bagi otot. Dengan mengonsumsi tomat secara teratur, tulang yang lemah, insya Allah akan menjadi lebih kuat.

Bidara

Nabi saw menjelaskan bahwa ketika memandikan mayat selain dimandikan dengan air bersih, salah satu mandian mayat tersebut perlu menggunakan campuran air dengan daun bidara. Ini menunjukkan terdapat khasiat khusus pada daun bidara sehingga digunakan ketika memandikan mayat.

Daun bidara tidak hanya dimanfaatkan untuk memandikan jenazah sesuai dengan sunnah Rasul saw, orang yang baru masuk Islam atau mandi haidh, tapi juga memiliki khasiat untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit, di antaranya, diare, kencing manis, merawat penyakit-penyakit bersihat rohani seperti gangguan emosi, susah tidur, mengobati dari gangguan sihir/ santet/'ain hasad, menurunkan tekanan darah tinggi, menurunkan kolesterol, dan malaria.

Selain itu daun bidara sangat efektif untuk membantu proses penyembuhan penyakit karena gangguan jin. Ulama Wahab bin MuNabih menyarankan untuk menggunakan tujuh lembar bidara yang dihaluskan. Kemudian dilarutkan dalam air dan dibacakan ayat Kursi, surat al-Kafirun, al-Ikhlas, al-Falaq dan an-Naas. (Boleh juga dibacakan ayat-ayat al-Qur'an lainnya) Lalu dipergunakan untuk mandi atau diminum. (lihat Mushannaf Ma'mar bin Rasyid 11/13)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gandarusa (*Justicia Gendarussa Burm. f.*)

Tanaman gandarusa termasuk familia Acanthaceae merupakan tumbuhan semak, yang pada umumnya ditanam sebagai pasar hidup atau tumbuh liar di hutan, tanggul sungai atau dipelihara sebagai tanaman obat yang bersifat herbal. Di Jawa tumbuh pada ketinggian 1–500 m di atas permukaan laut. Tanaman gandarusa sebagai tanaman herbal yang dapat menyembuhkan berbagai penyakit seperti Luka terpukul (memar), Tulang patah, Reumatik, Bisul, Borok, Koreng, Sakit kepala, Rematik dan bisa juga untuk mengobati sihir/guna-guna yang dicampur dengan daun bidara tujuh lembar.

Di India dan Asia Tenggara, dipakai sebagai penurun panas, merangsang muntah, anti reumatik, pengobatan sakit kepala, kelumpuhan otot wajah, sakit mata dan telinga. *Perhatian,* wanita hamil dilarang memakai tanaman ini.

Sirih Hijau (*Piper Betie*)

Daun sirih mengandung minyak *atsiri* sebagai antiseptic yang berfungsi membunuh kuman, sebagai anti oksidan, fungisida dan anti jamur sehingga daun sirih bermanfaat pada beberapa produk-produk kecantikan yang memanfaatkan khasiat daun sirih sebagai *brand image*. Berikut beberapa khasiat serta manfaat daun sirih:

Menghilangkan bau badan dan bau mulut: Rebus 4 sampai 6 lembar daun sirih dengan 1 gelas air putih, saring dan tambahkan sedikit gula pasir kedalam air rebusan agar terasa manis kemudian minum hangat-hangat, atau bisa juga dikumur-kumur tanpa gula pasir jika hanya bermaksud untuk menghilangkan bau mulut, atau remas selembar daun sirih campur dengan sedikit kapur kemudian oleskan pada ketiak jika hanya ingin menghilangkan bau pada ketiak.

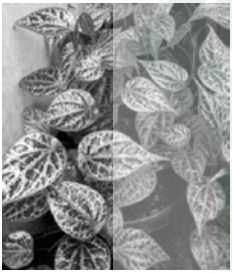
Menghentikan gejala sariawan atau mimisan: Gulung 1 lembar daun sirih sambil ditekan agar minyaknya keluar lalu masukan kedalam hidung yang sedang mengeluarkan darah. Mengobati sakit gigi dan gusi bengkak: Berkumurlah dengan air rebusan daun sirih yang sudah diaduk dengan garam secukupnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menghilangkan keputihan pada wanita: Rebus daun sirih secukupnya kemudian basuhlah organ kewanitaan anda dengan air rebusan tersebut dalam keadaan suam-suam kuku kecuali daerah pribadi anda tahan terhadap air panas.

Pencuci mata merah dan gatal: Rendam daun sirih kedalam air bersih secukupnya sambil diremas-remas, tuangkan air remasan tersebut kedalam piring kecil yang cukup lebar lalu kedip-kedipkan mata anda di dalamnya. Selain itu sebagai obat luar daun sirih juga bermanfaat untuk mengobati luka bakar, bisul, koreng, gatal-gatal dan air rebusannya juga bisa digunakan sebagai pencuci muka untuk mencegah timbulnya jerawat. Bila dicampur dengan obat tradisional lainnya seperti kunyit, jahe, kuning, kayu putih bisa berkhasiat untuk menyembuhkan batuk, bronchitis, demam berdarah, asma, haid tidak teratur, radang tenggorokan dan lain-lain.

Sirih Merah (*Piper Crocatum*)



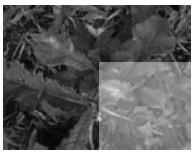
Daun Sirih Merah memang sering ditanam atau dipelihara sebagai tanaman hias. Tapi kegunaannya tak sebatas menarik mata dan memperindah halaman/taman. Sirih merah juga punya manfaat yang besar bagi kaum Hawa, baik terhadap kesehatan maupun kecantikan. Misalkan; untuk mengurangi keputihan dan menjaga organ kewanitaan sebagai antiseptik, yaitu dengan merebus 7-10 lembar daun sirih merah, lalu menggunakan air rebusan tersebut untuk membilas organ kewanitaan. Dalam daun sirih merah terkandung senyawa fito-kimia yakni alkoloid, saponin, tanin dan flavonoid. Secara empiris sirih merah dapat menyembuhkan berbagai jenis penyakit seperti diabetes militus, hepatitis, batu ginjal, menurunkan kolesterol, mencegah stroke, asam urat, kanker, hipertensi, radang liver, radang prostat, radang mata, keputihan, maag, kelelahan, nyeri sendi dan memperhalus kulit.

Kandungan kimia lainnya yang terdapat di dalam daun sirih merah adalah minyak atsiri, hidroksikavicol, kavicol, kavibetol, allylprokatekol, karvakrol, eugenol, pcymene, cineole, caryofelen, kadimen estragol, terpenena, dan fenil propada.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Karvakrol bersifat desinfektan, antijamur, sehingga bisa digunakan sebagai obat antiseptik untuk menghilangkan bau mulut dan keputihan. Eugenol bisa mengurangi rasa sakit, dan tanin mengatasi sakit perut.

Tapak Liman (*Elephantophus Scaber*)



Merupakan tanaman jenis rumput-rumputan yang tumbuh sepanjang tahun, berdiri tegak, berdaun hijau-tua. Daun pada tumbuhan ini mengandung zat semacam glukosida. Ekstrak daun berkhasiat sebagai antibiotik terhadap Staphylococcus, dan pada daunnya juga telah ditemukan suatu zat pahit dan glikosid berupa kristal putih.

Kegunaan: Daunnya digunakan sebagai penawar racun, obat demam, batuk, sariawan, mencret menahun, penyakit cacing, memacu gairah seksual. Akarnya bila ditumbuk halus, bisa dijadikan sebagai obat malaria pada anak-anak. Seluruh tumbuhan digunakan untuk mengobati epistaxis (hidung berdarah), sakit kuning, infeksi saluran kencing, cacar air, busung, absces, borok, gigitan ular dan gigitan serangga, Sakit pinggang, Radang rahim, keputihan, kurang darah, Radang ginjal akut/kronis, influenza, demam, radang tenggorokan/mata/amandel, perut kembung dan hepatitis.

Kitolod (*Laurentia Longiflora*)

Kitolod alias Kintolo, atau biasa disebut dengan bunga bintang. Kitolod merupakan tanaman yang sudah sejak lama digunakan untuk mengatasi gangguan mata. Hal ini dapat dilihat dari kandungan kimia di dalamnya, semisal senyawa alkaloid yakni lobelin, lobelamin dan isotomin. Daunnya mengandung alkaloid, saponin, flavonoid, dan polifenol. Getah tanaman mengandung racun, tetapi bagian tanaman lain memiliki efek antiradang (antiflamasi), antikanker (antineoplasmik), menghilangkan nyeri dan menghentikan pendarahan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Alang-Alang (*Imperata Cylindrica*)

Tumbuhan alang-alang atau ilalang lebih banyak kita kenal sebagai tumbuhan pengganggu atau gulma. Tumbuhan ini seperti padi tapi tidak memiliki biji. Ternyata tumbuhan yang satu ini banyak manfaatnya, asal tahu cara mengolahnya. Selama ini Masyarakat yang risih dengan ilalang biasanya membakar tanaman dan rerimbunan lain, atau membabatnya habis. Tetapi jika akarnya masih tertancap kuat di dalam tanah, upaya ini sebenarnya sia-sia. Ia akan tumbuh lagi dan meninggi.

Hasil penelitian tentang tanaman ini menyebutkan bahwa alang-alang mengandung mannitol, glukosa, asam malic, asam sitrat, coixol, arundoin, silindrin, fernerol, simiarenol, anemonin, esin, alkali, saponin, taninin, dan polifenol. Dengan kandungan-kandungan itu, alang-alang bersifat antipiretik (menurunkan panas), diuretik (meluruhkan kemih), hemostatik (menghentikan pendarahan), dan menghilangkan haus.

Bagian yang digunakan untuk obat medis adalah akarnya. Kenyataannya, akarnya dapat digunakan untuk menurunkan temperatur, melancarkan urin, menghentikan pendarahan, dan sebagai obat untuk pendarahan pada hidung, memuntahkan darah, gonorea (kencing nanah), hepatitis, infeksi ginjal. Cara mengolah alang-alang: Akar pohon alang-alang yang direbus dengan air secukupnya dan diminum setelah air rebusan sisa setengah serta dibiarkan menjadi dingin. Kalau diperlukan, boleh dicampur dengan sedikit gula merah (Gula Jawa) atau dengan sedikit madu.

Menurut Profesor Hembing, ahli pengobatan tradisional dan akupunktur, alang-alang berkhasiat sebagai obat untuk berbagai gangguan kesehatan, seperti: batu ginjal, infeksi ginjal, kencing batu, batu empedu, buang air kecil tidak lancar atau terus-menerus, air kemih mengandung darah, prostat, keputihan, batuk rejan, batuk darah, mimisan, pendarahan pada wanita, demam, campak, radang hati, hepatitis, tekanan darah tinggi, urat saraf melemah, asma, radang paru-paru, jantung koroner, gangguan pencernaan, diare, dll.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Serai (*Cymbopogon Citratus*)

Jenis tanaman yang satu ini termasuk ke dalam anggota suku rumput-rumputan. Serai atau sereh umumnya dikenal sebagai tumbuhan biasa yang akar dan batangnya sering dipakai sebagai rempah penyedap masakan karena aromanya yang khas. Namun sebenarnya serai bukan hanya sekadar pelengkap bumbu. Tamanan ini memiliki manfaat yang banyak untuk kesehatan karena kandungannya, minyak atsiri dalam tanaman ini banyak dipakai dalam industri kosmetik untuk pembuatan parfum dan sabun. Bagian dari tanaman ini yang bisa dipakai untuk herbal meliputi akar, batang, dan daunnya.

Beberapa khasiat serai yang belum banyak diketahui oleh masyarakat yaitu: Mencegah kanker, Obat gangguan pencernaan: Teh yang mengandung serai bisa membantu mengatasi gangguan pencernaan, sakit perut, masuk angin, kram usus dan diare. Serai juga bisa membantu mengurangi gas dari usus sekaligus mencegah pembentukan gas lebih lanjut.

Detoksifikasi: Serai juga memiliki sifat detoksifikasi tubuh dengan meningkatkan jumlah dan frekuensi buang air kecil. Hal ini bisa membuat organ pencernaan, hati, pankreas, ginjal, dan kandung kemih bersih dan sehat karena zat beracun dan asam urat sudah disingkirkan. Manfaat pada sistem saraf: Minyak esensial yang dibuat menggunakan serai dapat digunakan untuk memperkuat dan meningkatkan fungsi sistem saraf. Karenanya minyak serai yang dioleskan ke permukaan tubuh memberikan efek menghangatkan, melemaskan otot dan meredakan kejang.

Menurunkan tekanan darah: Serai efektif dalam mengurangi tekanan darah, merangsang sirkulasi darah dan menghilangkan masalah tekanan darah. Konsumsi segelas jus serai untuk menurunkan hipertensi. Sebagai analgesik: Serai meringankan semua jenis peradangan dan iritabilitas yang berhubungan dengan sakit dan nyeri. Jadi jika Anda mengalami sakit gigi, nyeri otot, nyeri sendi, atau nyeri, teh lemon pasti bisa membantu.

Menjadikan kulit indah: Serai merupakan pilar dalam industri kosmetik. Manfaatnya antara lain mengurangi jerawat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan berfungsi sebagai penyegar. Minyak serai juga bisa dibalurkan ke seluruh tubuh untuk memberi efek menghangatkan. Kesehatan wanita: Konsumsi teh yang diberi serai mungkin akan membantu mengurangi nyeri haid dan rasa mual.

Seledri (*Apium Graveolens)*

Daun seledri memang terlihat seperti daun yang tidak memiliki kandungan yang kaya akan vitamin, tahukah anda bahwa daun kecil yang terlihat keriting mengandung asam amino, boron , kalsium, klorin, asam lemak esensial, folat, inositol, besi, magnesium, mangan, fosfor, potasium, selenium, sulfur, seng. Seledri bermanfaat bagi kesehatan yaitu vitamin A, vitamin B1, vitamin B2, vitamin B3, vitamin B5, vitamin B6, vitamin C, vitamin E dan vitamin K. Selain itu juga Seledri juga merupakan bahan salad, yang mengandung serat.

Khasiat & kegunaan: menurunkan kolesterol, mencegah kanker, menurunkan tekanan darah tinggi, meningkatkan kesehatan. Biji Seledri membantu dalam mengurangi asam urat. Jadi, seledri baik untuk orang yang bermasalah dengan kandung kemih, masalah ginjal, biji Seledri juga membantu dalam menghindari infeksi saluran kemih pada wanita.

Karena kandungan kalsiumnya yang tinggi, mengkonsumsi seledri dapat menenangkan saraf. Jadi, makan seledri membantu orang untuk tenang. Seledri berperan sebagai antioksidan juga. Seluruh bagian seledri termasuk benih, akar dan daun, dapat digunakan. Seledri juga bisa dihidangkan/dikonsumsikan dalam bentuk minuman jus seledri. Minum jus seledri sebelum makan akan membantu Anda untuk mengurangi berat badan Anda.

Manfaat seledri lainnya, adalah: Makan seledri secara teratur membantu untuk menghindari penyakit ginjal, hati pankreas, dan kantong empedu, neuritis, sembelit, asma, tekanan darah tinggi, radang selaput lendir hidung, dan gusi basal, otak atas pekerjaan, asidosis, anemia, obesitas dan TBC. Hal ini juga membantu dalam perbaikan gigi. Catatan: biji Seledri mengandung minyak atsiri, flavonoid, dan asam linoleat coumarin dan karena itu tidak baik bagi wanita hamil karena dapat menyebabkan kontraksi pada rahim.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Salam (*Syzyangium Polyanthum*)

Sebagian dari anda pasti mengira bahwa daun salam hanya dimanfaatkan sebagai penyedap bumbu dapur masakan yang kita makan setiap hari. Namun, selain sebagai penyedap masakan ternyata daun salam memiliki manfaat lain seperti untuk kesehatan tubuh kita, salah satunya adalah mengobati penyakit kolesterol. Penyakit kolesterol adalah salah satu jenis penyakit yang cukup banyak penderitanya. Tanda-tanda orang terkena kolesterol ini memang tidak terlihat sama sekali, bahkan seperti orang sehat biasa. Namun tiba-tiba saja penyakit kolesterol mampu membuat kita terkena penyakit stroke dan jantung.

Berikut adalah beberapa manfaat daun salam yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh: Menyembuhkan penyakit kolesterol, Mengatasi penyakit stroke, Membantu mengatasi penyakitasam urat tinggi, Membantu melancarkan peredaran darah di dalam tubuh kita, Mengatasi radang lambung, Sebagai obat diare, Membantu mengurangi gatal-gatal, Sebagai obat kencing manis.

Selain manfaat daun salam di atas, masih ada manfaat lain yang baik untuk tubuh kita seperti anda yang sedang memiliki masalah kelebihan berat badan. Daun salam juga bisa membantu anda untuk menurunkan berat badan, caranya adalah dengan meminum air hasil rebusan beberapa lembar daun salam setiap hari secara rutin. Ini bisa membantu program penurunan berat badan anda secara sehat dan alami tanpa efek samping apapun. Itulah beberapa manfaat dan khasiat daun salam yang bisa bermanfaat untuk kesehatan tubuh kita.

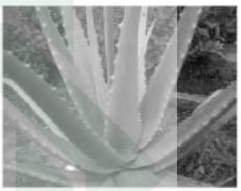
Tapak Dara (*Catharanthus Roseus*)

Tapak dara kita kenal sebagai tanaman hias, sebutan untuk tanaman ini antara lain Vinca Rosea, Lochnera rosea, catharanthus roseus. Nama lokalnya kembang sari cina dan kembang pletekan. Secara kimia tanaman tapak dara memiliki 70 macam *alkaloid* ditemukan diakar, batang, daun dan bijinya, termasuk 28 bi-indole alkalaoid.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Selain itu tapak dara juga mengandung alkaloid anti kangker dan *alkaloid* penurun gula darah. Khasiat daun tapak dara sangat banyak sekali, diantanya adalah: Kencing manis, Kanker (Limpah, Leukimia, chorionic, epithelioma), Hypertensi, luka bakar dan mengobati tumor. Untuk mengobati diabetes; ambil segenggam daun tapakdara yang direbus dalam air 3 gelas. Setelah mendidih dan dibiarkan begitu terus sampai air tinggal 2 gelas, sarinya diminum. Jamu seperti ini perlu diminum 3 kali sehari Menurut pengalaman orang-orang yang suka memanfaatkannya, dalam seminggu saja rasa lemah badan dan sering capai gara-gara kencing manis itu sudah hilang, insyaAllah.

Lidah Buaya (*Aloe Vera*)



Lidah Buaya adalah tanaman obat yang sangat terkenal. Jika digunakan dengan benar, ia dapat menyembuhkan kulit terbakar akibat panas matahari atau benda panas. Ia dapat ditemukan secara luas di daerah-daerah panas atau tropis seperti Asia Tenggara atau Amerika Selatan atau Amerika Utara bagian selatan. Lidah buaya sudah dikenal selama berabad-abad karena khasiatnya; baik diminum maupun dioleskan pada daerah luka. Ia tercatat mampu menyembuhkan hampir semua jenis luka kulit, luka bakar, atau kulit melepuh bahkan membantu mempercepat masa *recovery* sesudah operasi.

Khasiat pengobatannya; sebagai anti bakteri, anastesi, antiseptik dan sangat baik digunakan untuk pemulihan jaringan yang luka, sebagai perawatan rambut, membantu menstimulasi sistem imun, dimakan/diminum dapat menyembuhkan panas pada perut, radang sendi, rematik, asma, menurunkan kadar gula dalam darah, membantu pasien kanker dengan mengaktivasi sel-sel darah putih dan meningkatkan pertumbuhan sel-sel non kanker, hidung tersumbat, cacingan, infeksi perut, wasir, masalah liver seperti hepatitis dan sirosis, infeksi ginjal, infeksi saluran kemih, masalah prostat, dan sebagai detoks. *Peringatan! Hindari penggunaan lidah buaya bagi ibu hamil, menyusui, atau wanita dalam keadaan haid karena akan menghasilkan kontraksi pada kandungan.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kacang-kacangan

Adalah termasuk keluarga kacang-kacangan; kacang polong, *navy,* kacang hitam, kacang merah, *pinto,* kedelai termasuk lentil. Kacang-kacangan adalah obat yang kuat untuk menurunkan tingkat kolesterol dalam darah. Satu setengah cangkir kacang-kacangan dimasak dan dimakan setiap hari akan menurunkan kolesterol rata-rata 10%. Kacang-kacangan juga membantu mangatur tingkat gula dalam darah. Ini adalah makanan yang sangat baik bagi penderita diabetes. Kacang-kacangan dihubungkan dengan menurunnya tingkat kanker tertentu. Ia sangat tinggi serat dan bagi sebagian orang merupakan produsen gas teratas.

Wortel

Wortel dapat ditemukan dengan mudah di seluruh dunia. Wortel membantu mempertahankan tingkat asam dan alkalin yang tepat bagi tubuh anda. Wortel juga baik untuk kesehatan mata, kulit, tulang, hati, dan otot-otot anda. Wortel membantu tubuh anda membersihkan darah. Wortel membantu sistem pencernaan dan anti gas perut. Bagi mereka yang melakukan program terapi penglihatan dengan meminum jus wortel setiap hari, insyaAllah kemampuan penyembuhannya lebih cepat.

Manfaat dari pengobatan wortel diantaranya adalah; sebagai tonik (memakan wortel mentah/jus darinya secara teratur mempertahankan kesehatan mata dan kulit), obat batu ginjal (minum segelas jus wortel, bit dan mentimun dalam ukuran yang sama, dan minum segelas jus wortel dan sawi hijau dalam ukuran seimbang akan menghilangkan batu dari saluran empedu), obat rematik, gangguan perut dan mengobati masalah kandung kemih.

Cabai Merah

Cabai merah merupakan sumber vitamin C. Saya heran kenapa masih saja ada orang yang senang membuang-buang uang untuk membeli vitamin C. Makan saja

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

secara benar dan teratur maka anda akan mendapatkan sebanyak-banyaknya vitamin C yang anda butuhkan. Cabai merah dapat membantu menghancurkan gumpalan darah, membuka sinusitis dan saluran udara, menghancurkan lendir di paru-paru, bertindak sebagai ekspektoran atau dekongestan, membantu menghindari bronkitis, *emphysema* dan infeksi pada perut.

Bawang Putih

Adalah satu-satunya antibiotik yang benar-benar dapat membunuh bakteri dan pada saat yang bersamaan melindungi tubuh dari racun yang menyebabkan infeksi. Darah seseorang yang mengonsumsi bawang putih pun dapat membunuh bakteri dan telah dilaporkan bahwa aroma dari potongan bawang putih segar dapat membunuh bakteri yang berjarak 20 cm darinya. Tuberkulosis suatu penyakit yang sangat umum dan sekarang kembali mewabah, dulu pernah diobati secara sukses dengan bawang putih. Mikrobakteri Tuberkulosis sangat sensitif terhadap beberapa komponen sulfur yang ditemukan di dalam bawang putih.

Khasiat pengobatannya; menyembuhkan ibu menyusui yang sedang sakit flu/batuk/hidung tersumbat, keracunan darah atau gigitan serangga, bronkitis, kanker, kolesterol, menurunkan tekanan darah tinggi dan memperbaiki sirkulasi darah, menenangkan saraf dan menguatkan jantung yang membuatnya menjadi obat saraf dan obat jantung, sebagai pembangkit hasrat seksual, mengencerkan dan membersihkan darah, mengobati masalah migrain dan dapat meningkatkan berat badan bayi pada saat kehamilan.

Bawang Merah

Bawang merah adalah salah satu herbal tertua yang dibudidayakan. Sangat terkenal pada zaman Mesir Kuno, yang ditemukan di dalam makam 3200 SM. Bawang merah dipercaya berasal dari Asia Tengah. Ada banyak varietas bawang merah. Ada yang putih, merah, kuning, dan pucat. Bawang yang putih manis dan kuat sangat berguna untuk mencerna makanan dan mengobati berbagai penyakit.

Khasiat pengobatannya; perawatan kanker, mencampurkan madu, bawang merah dan bawang putih akan menghasilkan pengobatan efektif bagi sesak pada sistem pernafasan, ramuan ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

juga baik untuk sistem pencernaan, sendi-sendi dan hati.

Bawang merah sangat baik bagi darah anda. Bawang merah merupakan penambah rasa yang enak, tapi secara pengobatan, bawang merah lebih baik dikonsumsi dalam keadaan mentah. Ini akan memperbaiki kondisi kesehatan secara umum.

Menyantap makanan yang hidup seperti sayuran mentah, buah mentah dan sebagainya, sangat baik untuk melawan kanker. Jangan makan apapun yang digoreng atau yang dikembangkan/ dibiakkan secara genetis atau daging-dagingan yang sebelumnya disuntikkan vitamin, vaksin, hormon, seperti daging sapi dan ayam. Telah ditemukan sebelumnya bahwa dengan menjadi vegetarian yang ketat selama 30 hari (tidak makan daging sapi, kambing, ataupun ayam) akan memperbaiki secara signifikan kondisi penderita dan bahkan menyembuhkan kanker secara tuntas. Anda harus menyadari bahwa Allah swt telah menciptakan tubuh kita dengan kemampuan untuk menyembuhkan dirinya sendiri tanpa mengubah dan menghancurkan sel-sel baik yang hidup sehingga membuat lebih banyak sel yang rentan kenker. Efek samping ini sejalah yang biasanya pada akhirnya membunuh pasien dan bukannya kanker.

Agar hal ini dapat berhasil, anda harus menghentikan mengonsumsi apapun yang mengandung bahan-bahan kimia di dalamnya seperti MSG, Aspartame, minuman bersoda, apapun dengan bahan buatan di dalamnya. Justru makanlah sayuran serta buah mentah dan segar selama satu bulan tanpa kontaminasi. Sebagian besar pasien yang menderita diabetes yang mencoba hal ini menemukan bahwa kadar gula darah mereka telah kembali normal dan mereka yang minum obat-obatan dapat berhenti. JANGAN pernah mengikuti petunjuk KEMOTERAPI dalam menangani kanker, kecuali anda memang mau bunuh diri.

Jahe

Jahe merupakan anti muntah (efektif untuk muntah dan mual), zat yang dapat mengeluarkan keringat, juga udara, sebagai stimulan peredaran darah, anti-inflamasi dan antiseptik. Jahe adalah obat yang hebat bagi masalah-masalah pencernaan seperti; perut kembung, mual, gangguan pencernaan, infeksi usus dan beberapa jenis keracunan makanan. Jahe juga efektif dalam mengurangi tekanan darah tinggi dan demam. Jahe sangat baik bagi mereka yang rentan terhadap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penggumpalan darah yang dapat menimbulkan serangan jantung ataupun stroke. Jahe merupakan pengobatan yang efektif bagi ibu hamil yang mual di pagi hari ataupun mabuk perjalanan.

Jahe mengandung magnesium, kalsium dan fosfor yang bekerja bersama-sama dalam pembentukan tulang, kontraksi otot, dan transmisi saraf. Tingginya kandungan mineral dalam jahe membuatnya sangat bermanfaat bagi masalah-masalah kejang otot, depresi, hipertensi, lemah otot, kejang, kebingungan, perubahan kepribadian, mual dan gangguan pencernaan.

Tingginya kadar kalium dalam jahe akan menjaga tubuh dari keropos tulang, kelumpuhan, sterilitas, kelemahan otot, mental apatis, kerusakan ginjal, dan kerusakan jantung. Sebagai tambahan, kalium, selain berfungsi sebagai pengatur tekanan darah, juga mengatur detak jantung.

Kunyit (*Curcuma Domestica*)

Manfaat kunyit ternyata sangat beraneka ragam. Kunyit atau Kunir adalah tanaman rempah-rempah yang banyak ditemukan di Asia tenggara dan tentu saja Indonesia. Tanaman ini banyak digunakan sebagai bumbu masakan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kunyit juga digunakan sebagai pewarna kuning pada makanan. Karena merupakan bahan alami maka tidak menimbulkan efek samping.

Manfaat kunyit untuk kesehatan: Kunyit mengandung antioksidan dan antiperadangan, Kunyit dapat memperlambat penyebaran dan pertumbuhan tumor, Kunyit dapat memperlancar sistem pencernaan, Meringankan gejala rematik, Membantu menyembuhkan luka, Membantu menyembuhkan penyakit kulit seperti koreng dan gatal-gatal.

Manfaat kunyit untuk kecantikan: Dapat mencegah keputihan, Memperlancar dan mengurangi rasa nyeri saat haid, Menghaluskan kulit. Untuk mendapatkan manfaat kunyit, anda bisa mengkonsumsinya dalam bentuk serbuk atau kapsul. Bisa juga dibuat minuman seperti jamu. Namun mengkonsumsi kunyit secara berlebihan ternyata dapat berdampak kurang baik pada hati. Jadi sebaiknya masih dalam batas wajar sesuai anjuran. Terlalu banyak mengkonsumsi kunyit juga tidak baik bagi ibu yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sedang hamil, karena dapat menyebabkan kelahiran prematur. Jadi sebaiknya konsultasikan dengan dokter kandungan anda sebelum mengkonsumsinya.

Temulawak (*Curcuma Xanthorriza*)

Temulawak merupakan tanaman herbal asli Indonesia yang terkenal dapat menyembuhkan penyakit kronis seperti kanker. Karena khasiatnya yang sangat tinggi temulawak banyak dijumpai sebagai obat herbal baik di Indonesia ataupun di negara lain seperti Malaysia, Thailand, Jepang, China, hingga USA.

Tanaman ini tumbuh dan dibudidayakan didaerah tropis atau pada daerah di ketinggian sampai 1500 meter. Khasiat dan Kegunaan Temu Lawak (*Curcuma Xanthorriza*) berkhasiat Obat yang dapat menyembuhkan beberapa penyakit dibawah ini: Obat Sariawan, Obat Susah Buang Air Besar, Menghilangkan Nyeri Haid. Obat sakit maag, Untuk menghilangkan bau tak enak sewaktu haid, Obat Sembelit, Membersihkan Darah, Obat Penyakit Eksim, Mengobati penyakit kuning (gangguan pada hati/lever), demam malaria, sembelit, serta memperbanyak ASI. Badan yang terlalu capek karena kebanyakan kerja atau sehabis jatuh sakit, Menyembuhkan Hepatitis, Untuk memperbanyak air susu (ASI), Obat Sakit Ginjal, Meredakan Asma, Meredakan Batuk, Menghilangkan Bisul, Menurunkan kadar Kolesterol, Menambah Nafsu Makan, Menghilangkan Bau Badan(BB), Catatan: Bagi penderita sakit ginjal sebaiknya tidak minum sari temulawak yang mentah.

Kencur (*Kaemferia Galanga*)

Kencur adalah salah satu jenis tanaman obat. Tanaman kencur ini hidup diantara di daerah dataran rendah atau juga pegunungan yang tanahnya gembur dan tidak terlalu banyak mengandung air. Tanaman kencur ini mempunyai daun daun lebar yang jumlahnya tidak lebih dari 5 Helai daun, susunan daun saling berhadapan, tumbuhnya menggeletak daun-daunnya menempel ke permukaan tanah.Tanaman kencur ini mempunyai bung majemuk tersusun, dan jumlah bunga tanaman kencur ini bisa mencapai sampai dengan 12 helai bunga.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tanaman kencur ini sangatlah mudah untuk ditanam, dengan permukaan tanah yang tidak terlalu kering dan tidak terlalu basah, dan cukup bisa terkena sinar matahari maka tanaman kencur ini bisa hidup dengan mudah. Tanaman kencur ini mempunyai khasiat, yaitu bisa mengobati beberapa penyakit:

Obat batuk: Ambil beberapa buah kencur, kupas kulitnya, dan parut. Setelah itu, peras hasil parutannya dan ambil airnya dengan disaring hingga kira-kira mendapatkan 250 ml. Tambahkan sedikit madu dan bubuhkan beberapa tetes air jeruk nipis. Minum 3 kali sehari hingga batuk menghilang. Catatan: Resep ini lebih diutamakan jika diminum saat penyakit belum parah. Obat Keseleo: Satu buah kencur dan tambahkan dengan beras yang sudah direndam. Lumatkan bahan-bahan tersebut dang tambahkan air secukupnya. Cara pemakaian: Oleskan racikan pada bagian yang keseleo.

Obat flu batuk pada bayi: Untuk flu: Satu buah kencur, ambil sebesar ibu jari saja, kemukus *(lada berekor/ Cubeb)* lalu tumbuk sampai halus, tambahkan air hangat kurang lebih 3sendok teh. Cara pakai: Oleskan diseputar hidung bayi. Untuk batuk: ambil kencur dan kemudian kupas buang kulitnya, parut dan setelah di parut peras dan ambil sarinya, tambahkan kurang lebih satu sendok air hangat. Cara pakai: Diminumkan kepada bayi.

Obat alami Sakit Kepala: 2-3 lembar daun kencur ditumbuk sampai halus, dioleskan sebagai kompres pada dahi. Obat Diare: Dua buah kencur kira-kira sebesar ibu jari, tambahkan 1 cangkir air hangat yang sudah diberi garam secukupnya, lalu peras dan kemudian saring. Cara pakai: Oleskan pada perut sebagai kompres. Obat masuk angin: Kencur, dan garam. Balut kencur dengan garam. Cara pakai: Makan langsung kencur yang sudah di balut garam. Catatan: jangan lupa setelah memakan ramuan tersebut, harap minum dengan segelas air hangat.

Menghilangkan Darah Kotor: Empat buah rimpang kencur kira-kira sebesar ibu jari, Dua lembar daun trengguli, dan tambahkan Dua biji cengkeh kering, adas pulawaras secukupnya. Semua bahan tersebut direbus bersama dengan 1 atau 1/2 liter air sampai mendidih kemudian disaring. Cara pakai: Minum 2 kali sehari secara teratur.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Obat tradisional Memperlancar haid: Ambil 2 buah kencur sebesar ibu jari, tambahkan 1 lembar daun trengguli, kemudian 1 biji buah cengkeh tua, adas pulawaras secukupnya. Racikan: Cingcang kencur, Rebus dengan 1,1/2Liter, bersamaan dengan semua bahan yang sudah disediakan, tunggu sampai mendidih dan angkat jika airnya kira-kira sudah dua gelas. Cara pakai: Minum sekali sehari Dua cangkir sekaligus. Mata terasa pegal: 1 potong rimpang kencur dibelah menjadi 2 bagian. Permukaan yang masih basah dipakai untuk menggosok pelupuk mata.

Seperti yang anda lihat, tanaman tumbuh alami yang ada di sekeliling rumah, yang anda jumpai di pasar lingkungan anda penuh berbagai macam ramuan herbal alami yang dapat menyembuhkan berbagai penyakit. Lain kali jika anda harus sakit, daripada mengeluarkan ratusan atau bahkan ribuan dolar atau ratusan juta rupiah bahkan milyaran untuk diserahkan ke dokter maupun rumah sakit, seyogyanya anda mencobanya terlebih dahulu ramuan herbal alami di sekitar anda yang telah terbukti khasiatnya selama ratusan tahun dan sangat manjur. Dari resep inilah, orang-orang terdahulu dari kita lebih sehat dari pada zaman sekarang.

Industri medis (terutama perusahaan farmasi besar) tidak ingin seorangpun tahu tentang produk ramuan/pengobatan mereka. Banyak dari mereka yang menyebarkan isu bahwa hal-hal tersebut hanyalah isapan jempol belaka. Mereka (perusahaan farmasi besar) akan melakukan papaun dengan manakut-nakuti anda dan meyakinkan anda bahwa menggunakan obat-obat kimia buatan yang mereka jual – padahal banyak yang memiliki efek samping berbahaya – lebih baik bagi anda daripada ramuan-ramuan yang tercatat di atas.

Orang-orang ini benar-benar menganggap kita bodoh. Mereka membayar media jutaan dolar untuk mempromosikan produk mereka. Produk yang bukannya meningkatkan kualitas kesehatan kita, tetapi menghancurkan tubuh kita karena membuat tubuh kita bergantung pada obat *artificial* untuk meningkatkan kesehatan.

Lihatlah dengan seksama orang-orang di sekeliling anda! Anda akan melihat begitu banyak batuk, tarikan lendir hidung, dan orang-orang tidak sehat di mana-mana. Mengapa? Orang-orang ini belum pernah diberi tahu tentang atau telah ditakut-takuti oleh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

propaganda media bahwa mereka mengambil resiko besar jika mereka memilih obat-obatan ramuan herbal alami daripada obat modern.

Berapa banyak orang yang anda tahu yang berada pada masalah keuangan serius atau pernah hancur keadaan finansialnya karena tagihan obat dan perawatan yang tinggi? Bukankah lebih baik jika anda menjaga tubuh anda dan mulai menggunakan obat-obatan ramuan herbal alami yang ada di sekeliling kita daripada obat modern jika masih memungkinkan?

Kami demikian! Kami bukan thabib ataupun dokter, kami hanyalah hamba Allah swt, umat Nabi Muhammad saw, manusia biasa yang dikarunia otak oleh-Nya untuk berfikir. Kami sudah memutuskan untuk menggunakan ramuan herbal alami yang ada di sekeliling kita daripada menjadi bodoh. Sekarang sudah menjadi misi hidup kami untuk menjadi dokter herbal dengan tujuan utama membantu orang memperoleh kesehatan tubuh dan kesehatan hidup daripada memanfaatkan mereka serta mengeksploitasi mereka seperti halnya industri medis modern.

Allah swt telah memberikan kepada kita semua tentang apa-apa yang kita butuhkan demi kelangsungan hidup dan untuk menjaga diri sendiri. Anda harus percaya kepada-Nya. Mintalah bimbingan-Nya, mintalah agar Dia membukakan mata anda, InsyaAllah, anda akan dibimbing menuju jalan yang benar. Oleh karena itu, Jadilah manusia yang kuat iman, kaya ilmu, kaya jasa, kaya harta, semoga menjadi orang paling bermanfaat, bukan yang memanfaatkan, *na'udzubillahi* dimanfaatkan. Semoga diri kita sama dengan seribu orang bahkan sejuta, *Aaamiin.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Epilog

Betapa Rasulullah saw benar-benar telah memberikan contoh bagaimana menjaga kesehatan secara umum dan holistik. Dan bila akhirnya sakit juga, beliau mencontohkan bagaimana cara mencari penyembuhan, yakni melalui dokter (thabib), pengobatan dan obat-obatan. Mengapa Rasulullah saw yang begitu teratur agenda hidupnya masih juga bisa diserang sakit? Kalau kiranya Rasulullah saw tidak pernah sakit, maka kita tidak akan tahu bagaimana cara beliau menghadapi penyakit atau berobat. Beliau memang manusia yang sempurna dalam segala aspek kemanusiannya.

Rasulullah saw mengingatkan para dokter dan thabib, agar menyandarkan usaha penyembuhan yang mereka lakukan hanya kepada Allah swt. Mereka hanyalah alat saja, salah satu instrumen dalam sebuah ikhtiar. Tidak boleh mengklaim sebagai penyembuh. Itu sudah masuk ke wilayah yang dilarang agama, karena bisa melahirkan kesombongan dan keangkuhan. Rasulullah saw: *"Allah, hakikatnya adalah Thabib, sedangkan anda (wahai para dokter dan thabib) hanyalah seorang pendamping. Thabib yang menyembuhkan adalah Zat yang menciptakannya".* Begitu juga kepada mereka yang sakit. Tidak boleh sekali-kali menganggap kesembuhan yang mereka capai karena berobat kepada seorang thabib atau dokter, itu karena kehebatan si thabib atau dokter tempat mereka meminta tolong. Kalau anggapan itu yang terbersit di hati, maka itu pun sudah termasuk syirik. Kesembuhan hanya datang dari Allah swt, sedang jalannya bisa melalui apa saja sekehendak-Nya. Karena Dia yang menurunkan penyakit dan Dia juga yang menurunkan penyembuhnya.

Wahai Saudaraku, Muslim dan Muslimah, Allah swt telah memberikan rahmat dan hidayah bagi anda untuk membaca buku ini yang bermanfaat. Sekarang tinggallah hasil dari apa yang telah anda baca, yakni mengamalkan kandungannya sebagaimana Allah swt telah menganugerahkan nikmat kepada anda, maka janganlah menahan diri dari ganjaran dan orang lain dari kebaikan. Nabi saw bersabda: "*Siapa saja menunjukkan pada kebaikan, maka baginya seperti pahala orang yang melakukan kebaikan itu"*(HR. Muslim). Sabdanya pula: *"Sebaik-baik kalian adalah orang yang*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mempelajari Al-Quran dan mengajarkannya"(HR. Bukhori). Sabdanya pula: *"Sampaikan dariku walau hanya satu ayat"*(HR. Bukhori). Semakin anda banyak menebarkan kebaikan, maka semakin banyak dan besar pula pahala anda dan kebaikan itu akan terus mengalir pahalanya bagi anda ketika masih hidup dan sesudah mati. Rasulullah saw bersabda: *"Jika manusia mati maka putuslah amalnya kecuali tiga perkara: shadaqah jariyah, ilmu yang bermanfaat atau anak shalih yang mendoakan kedua orangtuanya"*(HR. Muslim).

Kita sering membaca surat Al-Fatihah lebih dari tujuh belas kali dalam sehari semalam. Dalam bacaan itu kita memohon perlindungan dari, "Jalan orang-orang yang dimurkai (Yahudi)" dan "Jalan mereka yang sesat (Nasrani)." Kemudian kita meniru dan menyerupai mereka dalam perbuatan mereka. Kita meninggalkan belajar untuk beramal atas dasar kebodohan, maka kita serupa dengan orang-orang Nasrani yang sesat. Atau kita belajar dan tidak mengamalkannya, maka kita serupa dengan orang-orang Yahudi yang dimurkai. Kami memohon kepada Allah swt, semoga menganugerahi kepada kami dan Anda ilmu yang bermanfaat dan amal shalih. Allah swt dan Rasul-Nya yang lebih mengetahui, shalawat dan salam semoga tercurahkan kepada junjungan dan kekasih kita Muhammad saw beserta keluarga dan para sahabatnya. Kepada Alloh swt, kita semua berserah diri, dan kepada-Nya juga kita semua akan kembali.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Daftar Pustaka

Al-Badri Yasin, Syihab, *Bekam Sunnah Nabi Dan Mukjizat Medis,* Solo: Al-Qowam, 2007.

_____, *Sembuh Dengan Air Kencing Unta,* Solo: Kiswah Media, 2009.

Abtokhi, Ahmad, *akankah Al-QuranYang Ku Baca Menolongku?,* Malang: UIN Malang Press, 2007.

Aj-Taili, S.I., Al-Misnid, A.A.R., Al-Utaibi, K.D. *One Wing Carrying Disease and the Other Carrying the Cure*. Qassim University.

Al-Jauziyah, Ibnu Qoyyim, *Metode Pengobatan Nabi saw,* Jakarta: Griya Ilmu, 2004.

Al-Mishri, Mahmud, *La Tahzan for Trouble Solutions,* Solo: Pustaka Arafah, 2009.

An-Najjar, Zaglul, Prof. Dr, dan Daim Kahlil, Abdul, Dr, *Ensiklopedia Mukjizat Ilmiah Al-Quran dan Hadits,* Jakarta: PT. Lentera Abadi, 2012.

Ariyanto, M. Darojat, Artikel: *Terapi Ruqyah Terhadap Penyakit Fisik, Jiwa Dan Gangguan Jin,* Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2007.

A. Umar, Wadda', dr., *Sembuh Dengan Satu Titik,* Solo: Al-Qowam, 2008.

Aziz al-'Aidan, Abdullah bin Abdul, *Jadilah Dokter Bagi Dirimu Sendiri,* Jakarta: PT. Mirqat Tebar Ilmu, 2008.

Chew, Peter (May 9, 2009). "Insect Wings". *Brisbane Insects and Spiders*.

D. Gray, Jerry, *Rasulullah saw Is My Doctor,* Jakarta: Sinergi Publishing Kelompok Gema Insani, 2010.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan),* Jakarta: PT. Lentera Abadi, Cetakan 2010.

Galko MJ, Krasnow MA (2004). *Cellular and genetic analysis of wound healing in Drosophila larvae*. PLoS Biol 2(8):e239. DOI: 10.1371/journal.pbio.0020239

Haekal, Muhammad Husain, *Sejarah Hidup Muhammad,* cetakan ketigapuluh tujuh, Jakarta: PT. Mitra Kerjaya Indonesia, 2008

Ibnu Hajar Al-Asqalani, Al-Imam Al-Hafizh, *Fathul Baari Syarh Shohih Al-Bukhori,* Jakarta: Pustaka Azam, 2008.

Ikhsan, Abu, M. Kes., lima Tips kesehatan ala Rasulullah Saw, Sumber Artikel: Majalah Furqon Edisi 69 Th. VIII Agustus 2010.

Ishaq, Faisal, *Seminar Sehari Pelatihan At-Thibbu an-Nabawiy,* Ponorogo, Sabtu, 29 Agustus 2009.

Joanne Clarke, Michael Gillings & Andrew Beattie, *Hypothesis driven drug discovery,* Microbiology Australia, November 2002.

Kingsley, Danny, *The New Buzz on Antibiotics*, ABC Science Online, 1 Oktober 2002.

M. Soenarwo, Briliantono, Dr. H., *Allah Sang Thabib; Kesaksian Seorang Dokter Ahli Bedah,*Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2009.

Razak Sharaf, Ahmad, Dr., *Penyakit dan Terapi Bekamnya; Dasa-dasar Ilmiah Terapi Bekam,* Surakarta: Thibbia, 2012.

RE Shope 1927 Bacteriophage isolated from the common house fly (Musca domestica) The Journal of Experimental Medicine, Vol 45, 1037-1044

Suud, Sadu, dan Arif Rahman Hakim, *Seminar Sehari Sehat dengan At-Thibbu an-Nabawiy,* Ponorogo, Selasa, 25 Agustus 2009.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Talaat, Sahar, Prof.Dr., *Liqah Influensa al-Khanazir*, published by: www.islamonline.net, 2009.

Tim Penyusun, *Tafsir Al-'Usyr Al-Akhir Dari Al-Quran Al-Karim Juz 28, 29, 30;Disertai Hukum-hukum Penting Bagi Seorang Muslim,* Cetakan IV ditambah dan disempurnakan, website: www.tafseer.info. 2010.

Umar Abdillah, Abu,*Campur Tangan Jin di Indonesia; Jawaban Syar'i Fenomena-fenomena Mistis di Indonesia,* Klaten: Wafa Press, 2010.

Wahaf Al-Qahtani, Said bin Ali bin, *Hisnul Muslim Min Adzkaaril Kitab Was Sunnah yang diterjemahkan oleh H. Mahrus Ali,* Surabaya: Duta Ilmu, 2000.

Wikipedia. Wing (insect)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Biografi Penulis

Mochamad Lutfi Andriansa lahir di sidoarjo pada tanggal 21 Ramadhan 1408 H bertepatan dengan 18 Mei 1987, tinggal di komplek perindustrian tas dan koper (INTAKO) Tanggulangin Sidoarjo. Menyelesaikan pendidikan dasar sampai SLTP di daerahnya sendiri, kemudian melanjutkan studinya ke Pondok Modern Darussalam Gontor (Alumni tahun 2006 "Glorious Naturalist" dan Alumni ISID tahun 2010 Fakultas Tarbiyah Jurusan Pendidikan Agama Islam) dengan masa jenjang pengabdian selama enam tahun. Di sana sambil mengajar, kuliah dan membantu pondok sebagai staf pengasuhan santri bagian data selama lima tahun. Karena dekat dengan Bapak Pengasuh Pondok dan kebetulan mendapatkan amanat untuk mengkoordinir pengikut Umroh Ramadhan 1433 H dari kalangan santri, guru, wali santri dan masyarakat sekitar, syukur alhamdulillah ia bisa diumrohkan di akhir penghujung pengabdiannya. Selama nyantri di sana, ia aktif dalam berbagai kepanitiaan pentas seni yang kemudian menjadi pembimbing, sebagai Tim Inspeksi ke Pondok-pondok cabang Gontor. Di samping kesibukannya di lembaga pengasuhan santri, ia aktif sebagai tutor dalam berbagai seminar pengobatan Nabi saw kecil-kecilan di forum-forum warta berita pondok, di halaqah perpustakaan, di Balai Pertemuan Pondok Modern, kultum di suargo FM.

Buku ini merupakan hasil karyanya yang pertama kali seiring penelitiannya selama ia mengobati beberapa peserta didiknya, masyarakat sekitar maupun luar. Ia juga ikut menyumbangkan hasil skripsinya (Karakteristik Kurikulum Kulliyyatul Mu'allimin al-Islamiyyah KMI di PMDG Ponorogo) kepada Ahmad Fuady Penulis Buku Best Seller "Negeri 5 Menara" ketika bertemu dengannya di depan BPPM.

Sekarang ia aktif sebagai Guru di TPQ Al-Ghozali dan SDIT El-Haq Sidoarjo. Selain aktif sebagai guru ia tetap mengamalkan ilmu pengobatan Nabi saw secara praktek (panggilan berobat) dan teori (forum kajian/seminar).

Semoga karya ini bermanfaat bagi kita semua di dunia dan akhirat serta menjadi amal jariyah khusus ditujukan kepada Ayahanda tercinta "Muzzammil", di saat penulisan karya ini ia telah pulang ke rahmatullah dengan husnul khotimah yang dapat menjadikan inspirasi bagi kami sekeluarga dan selalu untuk bangkit lebih maju menatap masa depan penuh gemilang untuk menjunjung tinggi kalimat Allah Jalla wa 'Ala serta mendapatkan ridho-Nya. *Aamiin.*

Tentu penulis tetap berharap masukan dari pembaca yang budiman untuk perbaikan di edisi selanjutnya. Apabila pembaca merasakan manfaat yang luar biasa dari buku ini segera sampaikan ke 10 orang terdekat anda untuk disampaikan manfaatnya tersebut, kalau perlu sedekahkan buku ini buat orang yang membutuhkan namun tidak mampu membelinya. Manfaat dan perubahan yang pembaca alami atau bagi yang berkenan mengadakan training "menggali potensi kedokteranmu (bekam & ruqyah syar'iyyah)" bisa hubungi ke penulis 085259628076 atau kirim via e-mail lutfiand87@yahoo.co.id. Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih semoga kehadiran buku ini memberikan manfaat untuk kita semua.

Biografi Penulis

Nama	: **Dr. dr. Hj. SITI NUR ASIYAH, M.Ag**
NIP	: 197209271996032002
TTL	: Gresik, 27 September 1972
Jabatan	: Lektor Kepala (IV/a)/ Kaprodi Psikologi IAIN Sunan Ampel
Alamat	: Gadung Driyorejo Gresik
No. HP	: 0817332078
Alamat email	: nurays72@yahoo.co.id

RIWAYAT PENDIDIKAN

S1 : IAIN Sunan Ampel lulus tahun 1994
Fak. Kedokteran UWKS lulus tahun 2003
S2 : IAIN Sunan Ampel lulus 1999
S3 : Universitas Airlangga lulus 2010

RIWAYAT PEKERJAAN

Dosen tetap IAIN Sunan Ampel 1996-sekarang
Dosen AAK YPM Sidoarjo 2005-sekarang
Kepala Klinik IAIN Sunan Ampel 2006-2009
Kaprodi Psikologi IAIN Sunan Ampel 2009-sekarang
Dokter Klinik IAIN Sunan Ampel 2004-sekarang

PIMPINAN CABANG
IKATAN SARJANA NAHDLATUL ULAMA
KABUPATEN SIDOARJO
PROVINSI JAWA TIMUR

PERHIMPUNAN DOKTER NAHDLATUL ULAMA

PDNU

Kabinet Avatar

Departemen Kominfo

Keluarga Besar DEMA FPK Mengucapkan

TERIMA KASIH

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

Atas pengabdian dan dedikasi sebagai

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Periode 2018-2022

DEMA FPK 2022 | #AksiKolaborasi

demafpkuinsa demafpkuinsa@gmail.com DEMA FPK UINSA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUNAN AMPEL

SURABAYA – INDONESIA

Allah swt telah menciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya. Begitu unik manusia diciptakan dibandingkan dengan mahkluk ciptaan-Nya yang lain, karena ia dianugerahi akal pikiran dan bentuk fisik serta psikis yang sempurna sehingga ia dinobatkan sebagai *kholifah fil ardh*. Bahkan di dalam tubuh manusia itu sendiri telah dianugerahi oleh Allah swt sistem imun (kekebalan tubuh) yang terbaik yang hampir dilalaikan. Padahal kalau dimanfaatkan nikmat tersebut dengan baik maka setiap manusia itupun sudah dapat mempotensikan dirinya sebagai dokter bagi dirinya sendiri dan bagi orang lain. Karena sebaik-baik suri teladan bagi umat manusia ialah Nabi Muhammad saw pembawa warisan (Al-Quran dan Al-Hadits) yang paling berharga bagi kehidupan manusia, bukannya dari si mbah, si eyang, paranormal, dll. Buku ini sangat inspiratif, untuk mendalami lagi isi kandungan Al-Quran dan Al-Hadits mengenai pengobatan Rasulullah saw dan di dalamnya terdapat beberapa penemuan yang sempat sulit tercerna oleh akal pikiran manusia atau mungkin memang ada oknum yang sengaja menyembunyikan kabar gembira itu bagi Manusia khususnya bagi umat Muslim agar dijauhkan dari pedoman hidupnya (Al-Quran dan Al-Hadits).

"Buku ini patut untuk dipelajari, dipraktekkan dan diamalkan karena di dalamnya terdapat penemun-penemuan yang sempat sulit tercerna oleh akal pikiran yang pada intinya datang dari anugerah Allah swt."

KH. Hasan Abdullah Sahal
Pengasuh Pondok Modern Darussalam Gontor

Zifatama PUBLISHER

Jl. Taman Pondok Jati J 3, Taman Sidoarjo
Telp/fax : 031-7871090
Email : zifatama@gmail.com

ISBN : 978-602-17546-5-8
9 786021 754658